

ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ

ԻՆՉՊԵՍ ԼԱՎԱՑՆԵԼ ՏԵՍՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ



Տարեցարի դեսողությունն թուլանում է: Համար եւ դիմել բժիշկներին սակայն գործնական ոչ մի օգուտ չի նկատվել: Գոյություն ունի՞ արդյոք, այնպիսի միջոց որն անկախ դեսողության թուլացումը: Դ. Սարգսյան

ԹԲԻԼԻՍԻ

Կարծում եք՝ տեսողության վատացումը անշրջելի գործնակայում է: Իրականում այն կարենի է դանդաղեցնել եւ նույնիսկ հետողարձ անել՝ օգտագործելով աչքի վիտամինները: Եթե անելով աչքերի մարզանը:

Ռետինոլ (Վիտամին E աչքերի համար): հակաօքսիդանու, որը պաշտպանում է աչքերը ուլտրաֆիլտրից եւ այլ գրգիշներից:

Կարոտինոնիդները: ուշադրություն դարձնեք, որպեսզի աչքերի վիտամինների մեջ լինեն սուտեին, լիկոպին եւ գեակսանին: Այս նյութերը ուժեղ հակաօքսիդանուներ են, որոնք ազդում են տեսողական ապարատի լավ աշխատանքի համար եւ պաշտպանում է աչքերի հիվանդություններից:

Վիտամին A. օգնում է անրացնել աչքերի անորները եւ վերահսկել հյուսվածքների անհրաժեշտ սնուցումը:

Բ խմբի Վիտամինները: կանոնավորում է աչքի ցանցաթարանի նյութափոխանակությունը եւ ազդում է տեսողական ինպուլսի ծեւավորման վրա:

Տոկոֆենոլ (Վիտամին E աչքերի համար): հակաօքսիդանու, որը պաշտպանում է աչքերը ուլտրաֆիլտրից եւ այլ գրգիշներից:

Կարոտինոնիդները: ուշադրություն դարձնեք, որպեսզի աչքերի վիտամինների մեջ լինեն սուտեին, լիկոպին եւ գեակսանին: Այս նյութերը ուժեղ հակաօքսիդանուներ են, որոնք ազդում են տեսողական ապարատի լավ աշխատանքի վրա:

Միկրոլիմենտները: ցինկ, մեղիում, քրոմ: Նրանք լավացնում են նյութափոխանակությունը, թարմացնում են աչքերի հյուսվածքները՝ լավացնելով տեսողությունը:

Քաղաքացի լինցենտրատ: այն նույնական դրական է ազդում աչքերի գործառույթների վրա, տեսողության սրության վրա:

ՈՎ ՈՎ Ե

ՄԵԶ ԲՈԼՈՐԻՍ ԾԱՆՈԹ

ՊՈԼՈԶ ՄՈՒԿՈՒՅԾ

Հայկական անեկդոտների շարում հայքի դեմքերի են Պոլոզ Սուլկուչը, Լոռեցի Ռուբեմը, Վարդանիկը... Հետաքրքիր է, այդ դեմքերի ովքեր են հնարավորի եւ ովքեր՝ իրական:

**Ն. Սկրեվանյան
Մառնեուլի**

հայությունը չեղ փոխում: Որպես վառ անհատականություն, ճանաչված ու սիրված է եղել նաև արվեստի գործիչների շրջանում: Մահացել է 1931 թվականին: Դուդարկափորությանը մասնակցել է գրեթե ողջ Լենինականը: Ավետիք Իսահակյանը է նրա գերեզմանին մահարձան է կանգնեցրել:

Նայարիք Հակոբ Անահիկյանը դիմանկարների շարք է ստեղծել, որոնց համար նախատիւ է ծառայել Պոլոզ Սուլկուչի կերպարը: Խաչիկ Դաշտենց էլ՝ իր «Խայտոն Ալեքը» պատմի հերոսի նախատիւ է ընտրել հենց նրան:

Ավետիք Իսահակյանը Պոլոզ Սուլկուչի մասին գրել է: «Աշխարհի ազգերը իրենց սրախոսությունները, անեկդոտները, ասացվածքները վերագրում են մեկ մարդու եւ անահացնությամբ է գրավվել, նաև՝ շուկայում ծներուկ ու սեխ է վաճառել: Չնայած բնասուր սրամությանը: Ասում են, որ Մուլկուչը առեւտրական միջնորդությամբ է գրավվել, նաև՝ շուկայում ծներուկ ու սեխ է վաճառել: Չնայած բնասուր սրամությանը: Տարբերությունն են է, որ ուրիշներին միփ է, իրական մարդ չի եղել, գերեզմանի տեղում է հայտնի չէ, իսկ Պոլոզ Սուլկուչը իրական մարդ է եղել, եւ գերեզմանը կա:



Որքան էլ տարօրինակ լինի, մենք էլ հետաքրքեցինք այդ հարցով: Լոռեցի Ուուրենի, Վարդանիկին մասին ներ ոչինչ չկարողացանք պարզել, սական, ինչ վերաբերում է Պոլոզ Սուլկուչին, ապա նման մարդ, իրականում եղել է:

1861 թվականի հունվարի 7-ին, Ալեքսանդրապոլում (ներկայիս Գյումրի), արհեստավորի ընտանիքում ծնվել է հայկական անեկդոտների հայտնի հերոս Պոլոզ Սուլկուչը: Նա Ավետիք Իսահակյանի դասընկերն է եղել: Պոլոզ են անվանել բարձր հասակ ու լուսավորությունը: Ասում են, որ Մուլկուչը առեւտրական միջնորդությամբ է գրավվել, նաև՝ շուկայում ծներուկ ու սեխ է վաճառել: Չնայած բնասուր սրամությանը: Ասում են, որ Մուլկուչը գործությունը միջնորդությամբ է գրավվել, նաև՝ շուկայում ծներուկ ու սեխ է վաճառել: Չնայած բնասուր սրամությանը: Տարբերությունն են է, որ ուրիշներին միփ է, իրական մարդ չի եղել, գերեզմանի տեղում է հայտնի չէ, իսկ Պոլոզ Սուլկուչը իրական մարդ է եղել, եւ գերեզմանը կա:



ԱՄԵՆ ԻՆՉ ԱՊՐԻԼԻ 1-Ի ՄԱՍԻՆ



Պարզվում է՝ Ծիծաղի միջազգային օրվա արամատները կապված են մեկ այլ սիրված տոնի՝ Նոր տարվա հետ: Եվրոպայում 16-րդ դարի երկրորդ

կեսին Ամանորը նշվում էր մարտի վերջներին: Նոր տարվա տոնակատարությանը եվրոպացիները պատրաստվում էին անենայն պատասխանատվությամբ: Նրանք միմյանց հյուր էին գնում, նվերներ տալիս, բարեմաղթանքներ հղում: Նոր տարվա բուն գալուստը նշանավորվում էր ապրիլի 1-ին:

Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն աշխատանքը անհաջող է դառնալու համար:

Դա ապա ապրիլի 1-ին ամառավայրությանը անհաջող է դառնալու համար: Ավելի ուշ, արդեն Ֆրանսիական բազավորության մասնակիցների կողմէն ա

