



MÜSAVAT

Son səhifə

N 218 (7107) 16 oktyabr 2018



Onlar 40 yaş krizindən belə çıxırlar

Mütəxəssislərin fikrincə, 40 yaş qadının həyatının durğunlaşdığı, iş və sosial həyatda bir zəifləmə hiss edilən dövrdür. Lakin keçici bir mərhələ olduğu üçün "40 yaş krizi" adlandırılır. Kişilərə nisbətən qadınlar daha həssas xarakterə sahib olduqları üçün bu dövrdə də olduqca həssas olurlar. Araşdırmaların bir çoxunda göstərilir ki, bu mərhələdə hormonlarda baş verən dəyişikliklər də öz təsirini göstərir. Lakin bu barədə konkret bir fikir söyləmək doğru deyil. Qadın 40 yaşında hələ öz hədəflərinə çatmayıbsa, bunun həyat yoldaşı və ya sevgilisi tərəfindən də bəyənilmədiyini düşünür və bu hiss onu daha çox narahat edir. Həmçinin iş yerində karyera baxımından istədiyi yerdə deyilsə, hələ ailə qurmayıbsa, ana deyilsə, bu sindromu yaşama ehtimalı daha çoxdur.

Bu yaşlarda qadının aldadılması onun üçün gənlik dövrünə nisbətən çox ağırdır. Əgər gənc ikən, "Hələ irəlində daha gözəl bir həyat var, daha doğru insana rast gələrəm" düşüncəsi ilə yaşayırsa, indi hər şeyin sonu olduğunu düşünür.

Pisik sahibəsini xərcəngdən xilas etdi

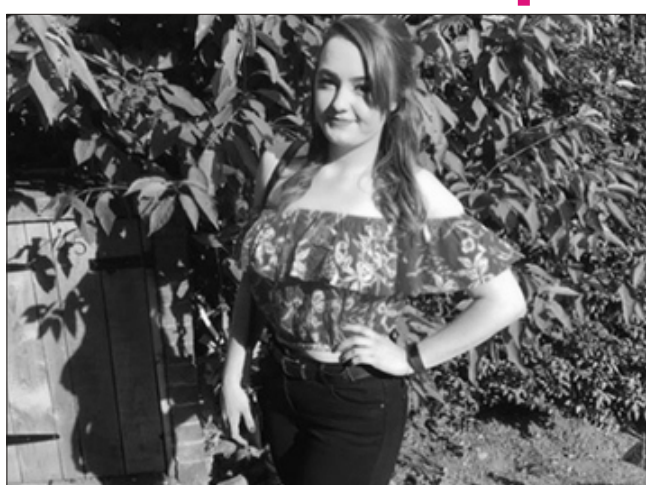
İngiltərənin Nyukasl şəhər sakini Ancela Tinning bildirib ki, pişiyinin sayəsində döş xərcəngini erkən mərhələdə təsbit edib. Bu haqda "Metro" nəşri xəbər verib. Qadın etiraf edib ki, bir neçə il öncə onun pişiyi Missi özünü qəribə aparmağa başlayıb. Sahibəsi uzanan kimi dərhal sahibəsinin sinəsinə hoppandı. "Mənim pişiyim o qədər də nəvazişli deyil. Ona görə də onun belə davranışı mənim üçün tipik deyildi" - bunu da Tinning deyib.

O, bu hadisənin bir neçə dəfə təkrarlanmasından sonra hissələrinə qulaq asdı, sinəsində ağrı hiss edib, həkimə müraciət etdi. Onlar qadının döşündə bəzi hüceyrələr aşkarlayıb, onların kənarlaşdırılması üçün əməliyyat keçirdilər. İki il sonra Missi özünü eyni qaydada aparmağa davam edib. Bu dəfə Tinning hər hansı ağrı hiss etməsə də, bir müayinədən keçdi. Biopsiya göstərdi ki, qadında erkən döş xərcəngi aşkarlanıb, onu əməliyyat ediblər. Həkimlər deyib ki, Tinning müayinə üçün israr etməsə, xəstəliyi hələ bir



neçə ay aşkarlanmayacaqdı. "Məndə heç bir ağrı yox idi. Amma pişiyim birdən-birə mənim sinəmə hoppandı və bu, mənim üçün siqnal idi. Mən gözləseydim, şiş sürətlə böyüyəcəkdi. Missi olmasa mən çoxdan ölmüşdüm".

Spirtdən imtina etdi, 30 kilo arıqladı



Böyük Britaniya sakini Dion Meun son 10 ay ərzində 30 kilo arıqlayıb. O, spirtli içkilərdən imtina etmək və həyat tərzini dəyişməklə buna nail olub. 2017-ci ildə 22 yaşlı qız "Ayıq oktyabr" xeyriyyə fleşmobunda iştirak edib. Həmin vaxt onun çəkisi 99 kilo idi və müntəzəm olaraq alkoqollu içkilərdən istifa

də edirdi. Hər gün işdən sonra o, bir və ya iki qədəh şərab içir, həftə sonları isə dostları ilə birgə 5 litrə yaxın sidr arağı içirdi. Meyn cəmi bir ay özünü içki içməkdən saxlayıb və üç kilo-ya yaxın arıqlayıb. Qız çox təəccüblənib və sevinib. Amma əvvəlki həyat tərzinə qayıdan kimi yenidən çəki alıb. 2018-ci ilin yan

varında britaniyalı qız bu təcrübəsini yenidən həyata keçirib. Hər şeyə rəğmən o, zərərli qidalardan imtina edib və idman zalına yazılıb. Sitat: "Mən spirtli içkidən imtina etdim, dietama o qədər də böyük olmayan korrektələr etdim və zala getməyə başladım. Mən kalorini saymadım. Amma yemək sifarişini dayandırdım və evdə yemək bişirməyə başladım. İnsanlar elə düşünür ki, arıqlamaq üçün salat yemək lazımdır. Amma mən bu müddət ərzində heç salat yemədim və məqsədimə çatdım".

İlk vaxtlar idman məşqləri onun üçün çox çətin idi. Amma indi Meyn idman zalına getməyi çox xoşlayır və orada həftədə altı saat keçirir.

Hazırda Meyn 69 kilo çəkiyə sahibdir və 50 ölçünün yerinə 40 ölçü geyinir. O etiraf edib ki, çəki atandan sonra özünə inamı artıb. Dieta zamanı britaniyalı qız öz sevdidiyi oğlanla qarşılaşıb, o da onun kimi arıqlayıb. İndi o, ancaq bayram və şənliklərdə içkidən istifadə edir.



QOÇ - Ümumi yorğunluğu nəzərə almasaq, elə bir xoşagəlməzliklə rastlaşmayacaqsınız. Əksinə, nə vaxtdan bəri yığılıb qalmış problemlərinizi əksəriyyətini ustalıqla dəf edəcəksiniz. Axşam qonaq gedin.



BUĞA - Gücünüzü maliyyə problemlərinin həllinə yönəldin. Çünki fəaliyyətinizdəki bəzi boşluqlar büdcənizdə ciddi kəm-kəsirlər yaradıb. Sevgidə mövcud olan kobudluğunuzu da aradan qaldırın.



ƏKİZLƏR - Səhhətinizə ciddi fikir versəniz, bu təqvimdən narazı qalmayacaqsınız. Bu ərafədə spirtli içki, siqaret və duzlu qidalar sizə daha çox mənfi təsir göstərəcək. Ciddi gəliniz olmasa belə, kəsib qalmayacaqsınız.



XƏRÇƏNG - Ötən dövrün gərginliyindən əsər-əlamət qalmayacaq. Üstəlik, sizə rəğbət bəsləyən adamların əksəriyyəti mövcud sıxıntılarınızı aradan qaldırmağa çalışacaq. Amma gərək siz də mövcud realıqdan kənara çıxmayasınız.



ŞİR - Həmkarlarınızla ünsiyyətdə təşəbbüskarlığınızı əldən verməyin. Əgər borcla bağlı problemləriniz varsa, onu xətm etməyə söz göstərin. Axşama doğru maraqlı tanışlıqlar yolunuzu gözləyə də, sirlərinizi açmayın.



QIZ - Bir çox işlərdə qarşınıza ciddi uğurlar çıxacaq. Hətta elə hadisələr baş verə bilər ki, bu, uzun müddət normal yaşayışınıza təminat verər. Bu səbəbdən də əzmkarlığınızı artırmalı, daha taktikalı gedişlər etməlisiniz.



TƏRƏZİ - Kosmik durum sizə enerji verəcək. Yeni işgüzar təkliflər alacağınız da qaçılmazdır. Bunu nəzərə alıb bir az müdrik olun. Deyilənlərə baxmayaraq, uzaq səfərə çıxmaq planlarınızı təxirə salmalısınız.



ƏQRƏB - Kifayət qədər ciddi uğurlar astanasındasınız. Elə etməlisiniz ki, hər addımınız ətrafdakılar tərəfindən gözlənilməz olsun. Çünki əvvəlcədən bildikləri təqdirdə sizə mane olacaqlar. Çilgün olmayın.



OXATAN - Əksər məsələlərə görə günün ümumi mənzərəsi üreyinizcə olacaq. Xüsusən də saat 12-dən sonra şəxsi işlərinizdə müsbət dönüş baş qaldıracaq. Qarşınıza duran perspektivlərdən maksimum yararlanın.



OĞLAQ - Bəxtinizdə kifayət qədər riskli bir gün durur. Əgər özünüzdə cəsarət tapıb ötkəm addımlar atsanız, qarşınıza sipər çəkən istənilən maneəni dəf edə biləcəksiniz. Axşam ağılagəlməz yeniliklərin şahidi ola bilərsiniz.



SUTÖKƏN - Ulduzlar sizdə ruhi saflaşma prosesi başladığını bəyan edir və gərək Tanrıya xoş getməyən addımlardan yayınasınız. İstirahətə də yer ayırın. Yeri gəlmişkən, günün ən varlı bürcü siz olacaqsınız.



BALIQLAR - Şəxsi işlərinizdə, fəaliyyətdə, qarşılıqlı münasibətlərdə, həmçinin maliyyə məsələlərində kifayət qədər müvəffəqiyyətə nail olacaqsınız. Amma bunu proqnozla deyil, hərəkətlə reallaşdırmalısınız.

Unutmayın, Tanrı ulduzlardan daha yüksəkdə durur!

Bu xəstəliyin adı uşaqdan götürülüb

4 yaşındakı Milo Braun adlı uşağın xəstəliyi o qədər nadirdir ki, həkimlər xəstəliyə onun adını veriblər. "Daily Mail"-in xəbərinə görə, dəstək almadan oturma bilməyən uşaq daim ailəsinə ehtiyac duyur. Əsla otura, yeriyə və iməkləyə bilməyən Milonun mədəsi də həssas olduğu üçün bağırsağına bağlı olan bir alətlə qidalanır. Həkimlər 4 yaşındakı uşağın xəstəliyinin bənzərini görmədikləri üçün onu "Milonun xəstəliyi" adlandırırlar. Ailəsi Milodakı bu qəribəliyi o, hələ 1 günlük olanda fərq edib. Qolları və ayaqları spazmatik bir şəkildə idi. Ailə vəziyyətin şokdan qaynaqlandığını və zamanla düzələcəyini düşündü. Amma dəyişmədiyi üçün xəstəxanaya müraciət etdi. Elə həmin gündən də ailə həkimlərin qapısında qaldı.

Səhifəni hazırladı: SELCAN

Təsisçi: Rauf ARİFOĞLU
Baş redaktorun birinci müavini:
Azər AYGAN

e-mail adres: yenimusavat@mail.ru

Ünvan: Bakı şəhəri,
R.Rüstəmov küçəsi
2528-ci məhəllə ev 44/d
Tel: 520 01 23 (24, 25, 26, 27, 28)

Redaktor:
Elsad MƏMMƏDLİ

Lisensiya N: B 114
SAYI: 5.100

"Yeni Musavat"-ın kompüter mərkəzində yığılıb, səhifələnib, "Azərbaycan" nəşriyyatında çap edilib. Əlyazmalar geri qaytarılmır. Müəlliflərlə redaksiyanın mövqeyi uyğun gəlməyə bilər.