

MJ

Из жизни автомобилей и людей
№ 1 (31), весна 2011



СТИНГ: СЕКРЕТ ЕГО ЭНЕРГИИ

Автомобили и экология: новые способы не навредить окружающей среде / Образ жизни. Энергетические напитки – пить или не пить / Событие. Каннский фестиваль в мае / История успеха. Откуда начинался Starbucks / Как изобрели велосипед. История самого популярного транспортного средства в мире / Персона. Стинг и его источники энергии / Тема для размышления. Полиэтиленовые пакеты завоевывают мир / Вегетарианство высших достижений. Могут ли спортсмены обходиться без мяса / Архитектура. Музей Гуггенхайма в Нью-Йорке: когда форма соответствует содержанию / Путешествие. Канада и Россия: страны-близнецы

могающих организму поддерживать водно-солевой баланс во время изнурительной тренировки, предотвращают обезвоживание, нарушение сердечного ритма.

Стимуляторы

Такие напитки содержат очень мало углеводов, ведь их принцип действия состоит не в подпитке организма, а в его стимуляции. Специально введенные в состав тоника вещества заставляют железы вырабатывать больше гормонов. Сердце бьется чаще, мышцы напряжены, кровь быстрее движется по сосудам, нервная система работает напряженно. В ход идет запас гликогена – стратегически важного для организма «топлива», хранящийся в печени. Стимуляторы не дают дополнительную энергию, а «вытягивают» ее изнутри организма. Такая чересчур активная стимуляция небезопасна для здоровья. При длительном применении может произойти истощение запасов гормонов, особенно отвечающих за радость, энергию. Австралийские ученые установили: одна баночка такого напитка может увеличить риск инсульта или сердечного приступа на 30%. Когда действие напитка закончится, человек в большинстве случаев будет чувствовать себя крайне усталым, вымотан-

ным, и такой спад сил может длиться несколько дней.

Пить или не пить, вот в чем вопрос

Все представленные на российском рынке энерготоники прошли апробацию в Институте питания РАМН и разрешены к употреблению. Над их формулой работали ученые, поэтому компоненты всех энергетических напитков подобраны не случайно. Углеводы заряжают энергией, витамины активизируют работу мышц, а кофеин бодрит. Кофеина в большей части энерготоников содержится примерно столько же, сколько в чашке натурального кофе. Но несмотря на популярность энерготоников, они могут оказать отрицательное воздействие на организм. Невольно возникает вопрос: «Пить или не пить?». Если пить, то сколько, какие, как часто, кому можно, а кому нет?

Правила приема

Энергетические напитки следует употреблять в соответствии с дозировкой. Максимальная доза – две банки напитка в сутки. После окончания действия напитка организм нуждается в восстановлении. Применяйте их в соответствии с потреб-

ностью, при интенсивной физической и (или) умственной нагрузке, а не лежа на диване.

На протяжении 3–5 часов после употребления энерготоника не пейте другие напитки, содержащие кофеин.

Не смешивайте с алкогольным напитком. Помните: превышение дозы может привести к повышению артериального давления, сердечбиению, повышению сахара в крови, что может вызвать проблемы со стороны сердечно-сосудистой системы, а также спровоцировать бессонницу и истощение ресурсов организма.

Энергетические напитки запрещено употреблять беременным женщинам, детям, людям, страдающим бессонницей, и психически возбудимым людям.

Прежде чем купить энерготоники в ближайшем супермаркете, необходимо вспомнить, что родом они из спорта и придумали их прежде всего для восполнения потраченной энергии. Это их основная функция, несмотря на то что они переключали в обычную жизнь. Поэтому основное свойство тоников – давать энергию – следует использовать от случая к случаю, и случай этот должен быть связан с повышенной физической и (или) умственной нагрузкой.



Parrot MKi9200, все в одном...

Флагманом в линейке музыкальных комплектов от компании Parrot SA является автомобильный комплект громкой связи Parrot MKi9200. Данный Bluetooth комплект может быть установлен в любой автомобиль и работает с любым телефоном Bluetooth. Беспроводной пульт управления может быть размещен на рулевом колесе или в любом удобном месте автомобиля и позволяет водителю управлять всеми функциями Parrot MKi9200. В дополнение к функциям стандартного комплекта громкой связи, таким как принять/отклонить вызов, Parrot MKi9200 может похвастаться совершенно новыми функциями: автоматическая синхронизация записной книжки, функции распознавания голоса, автоматическое прочтение контактов записной книжки

(до 10 000), записанных на русском языке.

Произнесите имя контакта, и устройство наберет его номер автоматически. Оборудованный специальным кабелем Parrot MKi9200 дарит музыку в автомобиле и работает с музыкальными источниками iPod, iPhone (2G, 3G, 4G), USB накопителями, Bluetooth стерео (A2DP) телефонами, SD-картами, MP3 и другими аналоговыми плеерами. Музыка воспроизводится через все динамики автомобиля и дает водителю и пассажирам богатый и качественный звук с захватывающими эффектами (Virtual SuperBass...).

