



â€“ ð½•ñ,ð¾ñ†ð½ð,ð°ð° ð¿ð½%ðµð²ñ¼ñ... ð²ð¾ð»ð¾ð°ð¾ð½. ð' ð°ð°ð¶ð'ð¾ð¼ ð¿ð°ð°ðµñ,ðµ â,,– 2 ñ•ð¾ð'ðµñ€ð¶ð½ñ,ñ•ñ•: ð°ð»ñ,ð¾ð¼ðµð¹ñ,, ð¼ðµð³ð° ð°ñ†ð¾ð'ð¾ñ,,ð¾ð»ñ¶ñ•, ð²ð¾ñ,ð°ð¼ð¾ð½ ð¿, ð»ñ¿ñ†ðµñ€ð½ð°, ð°ð°ñ•ð°ð°ñ€ð° ñ•ð°ð³ñ€ð°ð'ð° RBC, ð½ð°ð±ð¾ñ€ ñ,ñ€ð°ð² â,,– 2, ð»ð½ñ•ñ,ñ€ñ• ñ†ðµñ€ð½ð¾ð³ð¾ ð¾ñ€ðµñ...ð°.

ð' ñ•ð¾ñ•ñ,ð°ð² ð¿ð¾ñ€ð¾ñ°ð°ð° ðšð¾ð»ð¾-ð'ð°ð'ð° ðœð¾ð°ñ• ð²ñ...ð¾ð'ð¾ñ, ð°ð°ð¾ð»ð¾ð½, ð°ð¾ñ,ð¾ñ€ñ¼ð¹ ð¾ð±ð»ð°ð'ð°ðµñ, ð¾ð±ð²ð¾ð»ð°ð°ð¾ð²ð°ñ¿ñ%ð¾ð¾ ð¾ ð°ð'ñ•ð¾ñ€ð±ð¾ñ€ñ¶ñ¿ñ%ð¾ð¾ ð¾ ðµð¹ñ•ñ,ð²ð¾ðµ¼, ð½ð¾ñ€ð¼ð°ð»ð¾ð¾ñ¶ðµñ, ñ,ñ¶ð½ð°ñ†ð¾ð¾ ð¶ðµð»ñ¶ð'ð¾ñ†ð½ð¾-ð°ð¾ñ°ðµñ†ð½ð¾ð¾ð¾ ñ,ñ€ð°ð°ñ,ð° ðšð°ð¾ð»ð¾ð½ ð°ð'ñ•ð¾ñ€ð±ð¾ñ€ñ¶ðµñ, ñ,ð¾ð°ñ•ð¾ñ†ð½ñ¼ñ... ð²ðµñ%ðµñ•ñ,ð² ð² 40 ñ€ð°ð° ð±ð¾ð»ñ€ñ°ðµ ñ•ð¾ð±ñ•ñ,ð²ðµð½ð½ð¾ð¾ð¾ ð²ðµñ°ð°. ð¿ðµð¼ðµð½ð° ð¿ð¾ð'ð¾ñ€ð¾ð¶ð½ð¾ð°ð° (ñ•ð¾ð'ðµñ€ð¶ð°ñ, ð'ð¾ 44% ñ•ð»ð¾ð¾, 22% ð¶ð¾ñ€ð½ð¾ð¾ð¾ ð¼ð°ñ•ð»ð°) ð¾ ð¿ðµð°ñ,ð¾ð½ñ¼ ñ•ð¿ð¾ñ•ð¾ð±ð½ñ¼ ñ¶ð'ðµñ€ð¶ð¾ð²ð°ñ,ñ€ ð²ð¾ð'ñ¶, ð-ð° ñ•ñ†ðµñ, ñ†ðµð¾ð¾ ñ¶ð²ðµð»ð¾ñ†ð¾ð²ð°ðµñ,ñ•ñ• ð¾ð±ñšðµð¼ ñ•ñ,ñ¶ð»ð° ð¾ ñ¶ð»ñ¶ñ†ñ°ðµñ,ñ•ñ• ð²ñ,ð²ðµð'ðµð½ð¾ðµ ðµð¾ð¾ð¾ ð¾ ð¾ñ€ð¾ð°ð½ð¾ð¾ð° ðšðµñ€ð½ð¾ñ•ð»ð¾ð² ð¾ð°ð°ð°ñ•ð²ð°ðµñ, ñ•ñ,ð¾¼ñ¶ð»ð¾ñ€ñ¶ñ¿ñ%ðµðµ ð'ðµð¹ñ•ñ,ð²ð¾ðµ ð½ð° ð¼ð¾ñ,ð¾ñ€ð½ñ¶ñ¿ ñ,,ñ¶ð½ð°ñ†ð¾ñ¿ ð¶ðµð»ñ¶ð'ð¾ñ†ð½ð¾-ð°ð¾ñ°ðµñ†ð½ð¾ð¾ð¾ ñ,ñ€ð°ð°ñ,ð°.

ð•ð° ð²ñ,ð¾ñ€ð¾ð¾ ñ•ñ,ð°ð¿ðµ ð¿ñ€ð¾ð¾ñ•ñ...ð¾ð'ð¾ñ, ð¾ñ†ð¾ñ%ðµð½ð¾ðµ ð°ð¾ñ°ðµñ†ð½ð¾ð°ð° ð-ð° ñ•ñ†ðµñ, ñ•ð¾ð»ñœð½ð¾ð¾ð¾ ð½ð°ð±ñ¶ñ...ð°ð½ð¾ñ• ð¿ð¾ñ€ð¾ñ°ð°ð° ðšð¾ð»ð¾-ð'ð°ð'ð° ðœð¾ð°ñ• ñ• ð¾ð±ñ€ð°ð-ð¾ð²ð°ð½ð¾ðµð¼ ð¶ðµð»ðµð¾ð±ñ€ð°ð-ð½ð¾ð¹ ð¼ð°ñ•ñ•ñ¼, ð°ð¾ñ,ð¾ñ€ð°ñ• ð¾ð±ð»ð°ð'ð°ðµñ, ð¿ð¾ñ€ð°ð-ð¾ñ,ðµð»ñœð½ð¾ð¹ ñ•ð¿ð¾ñ•ð¾ð±ð½ð¾ñ•ñ,ñœñ¿ ð¾ð±ð²ð¾ð»ð°ð°ð¾ð²ð°ñ,ñœ ð±ð¾ð»ñœñ°ð¾ðµ ð°ð¾ð»ð¾ñ†ðµñ•ñ,ð²ð¾ ð-ð°ñ•ñ,ð¾ñ°ð²ñ°ðµð¾ð¾ñ•ñ ñ•ð¾ð'ðµñ€ð¶ð¾ ð¼ð¾ð¾ð¾ ð°ð¾ñ°ðµñ†ð½ð¾ð°ð°. ð' ñ€ðµð¾ñ¶ð»ñœñ,ð°ñ,ðµ ñ€ð°ð-ð¼ñ•ð¾ñ†ðµð½ð¾ñ¼ðµ ð¿ðµñ€ðµñ€ð°ð±ð¾ñ,ð°ð½ð¾ñ¼ðµ ð¿ð¾ñ%ðµð²ñ¼ðµ ð¼ð°ñ•ñ•ñ¼ ð¼ð¾ð¾ñ¶ñ, ð»ðµð¾ð°ð¾ ð²ñ¼ð²ð¾ð'ð¾ñ,ñœñ•ñ• ð¾ð¾ñ€ð¾ð°ð½ð¾ð¾ð°ð°.

3-ð¹ ñ•ñ,ð°ð¿. ð'ð¾ñ•ñ•ñ,ð°ð½ð¾ð²ð»ðµð½ð¾ðµ â€“ 3 ð'ð½ñ•.

ð²ð»ñ• ñ,ñ€ðµñ,ñœðµð¾ð¾ ñ•ñ,ð°ð¿ð° ð¿ñ€ð¾ð¾ñ€ð°ð¼ð¾ñ¼ ð¿ñ€ðµð'ð½ð°ð-ð½ð°ñ†ðµð½ñ¼ 6 ð¿ð°ð°ðµñ,ð¾ð² â,,– 3, ð°ð»ñ,ð¾ð¼ðµð¹ñ,, ð¼ðµð³ð° ð°ñ†ð¾ð'ð¾ñ,,ð¾ð»ñ¶ñ•, ð²ð¾ñ,ð°ð¼ð¾ð½ ð¿, ð»ñ¿ñ†ðµñ€ð½ð°, ð°ð°ñ•ð°ð°ñ€ð° ñ•ð°ð³ñ€ð°ð'ð° RBC, DigestAble.

DigestAble ñ•ð¾ð'ðµñ€ð¶ð¾ñ, ñ,,ðµñ€ð¼ðµð½ñ,ñ¼: ð±ñ€ð¾ð¼ðµð»ð°ð¹ð½, ð°ð¼ð¾ð»ð°ð¾ñ¶, ð»ð°ð°ñ,ð°ð¾ñ¶, ñ†ðµð»ð»ñ¿ð»ð°ð¾ñ¶, ð»ð¾ð¿ð°ð¾ñ¶, ð¼ð°ð»ñœñ,ð°ð¾ñ¶, ð¿ñ€ð¾ñ,ðµð°ð¾ñ¶, ð¾ð»ñ¿ð°ð¾ð¼ð¾ð»ð°ð¾ñ¶, ð¾ð½ð²ðµñ€ñ,ð°ð¾ñ¶, ñ€ð°ñ•ñ,ð¾ñ,ðµð»ñœð½ñ¶ñ¿ ð°ð»ðµñ,ñ†ð°ñ,ð°ñ¶.

ð•ð° ñ•ñ,ð¾ð¾ (ð¿ð¾ñ•ð»ðµð'ð½ðµð¼) ñ•ñ,ð°ð¿ðµ ð¿ñ€ð¾ð¾ñ•ñ...ð¾ð'ð¾ñ, ð²ð¾ñ•ñ•ñ,ð°ð½ð¾ð²ð»ðµð½ð¾ðµ ð½ð¾ñ€ð¼ð°ð»ñœð½ð¾ð¹ ñ€ð°ð±ð¾ñ,ñ¼ ð¶ðµð»ñ¶ð'ð¾ñ†ð½ð¾-ð°ð¾ñ°ðµñ†ð½ð¾ð¾ð¾ ñ,ñ€ð°ð°ñ,ð° ð¾ ð¼ð¾ð°ñ€ð¾ñ,ð»ð¾ñ€ñ¼ ð°ð¾ñ°ðµñ†ð½ð¾ð°ð°.

ð¶ñ€ð°ð½ð¾ñ,ñœð² ñ•ñ¶ñ...ð¾ð¼, ð¿ñ€ð¾ñ...ð»ð°ð'ð½ð¾ð¾ð¾ ð¼ðµñ•ñ,ðµ ð¿ñ€ð¾ ñ,ðµð¼ð¿ðµñ€ð°ñ,ñ¶ñ€ðµ ð'ð¾ 10Â° ð¿.

[ð°ð½ñ,ð¾ñ€ð¾ð°ñ†ð¾ñ• ð¾ ð¿ ð¿ñ€ð¾ð'ð°ð²ñ†ðµ](#)