



от 20 мая 2014 г.

Специальная оценка условий труда (или аттестация рабочих мест)

1 января 2014 года вступил в законную силу Федеральный закон от 28.12.2013 № 426-ФЗ «О специальной оценке условий труда» (далее – ФЗ № 426-ФЗ), устанавливающий правовые, организационные основы и порядок проведения специальной оценки условий труда, определяющий правовое положение, права, обязанности и ответственность участников специальной оценки условий труда.

Специальная оценка условий труда заменяет аттестацию рабочих мест, и является единым комплексом последовательно осуществляемых мероприятий по идентификации вредных и (или) опасных факторов производственной среды и трудового процесса и оценке уровня их воздействия на работника. Специальная оценка условий труда проводится в отношении всех рабочих мест, за исключением условий труда надомников, дистанционных работников и работников, вступивших в трудовые отношения с работодателями – физическими лицами, не являющимися индивидуальными предпринимателями. Также у индивидуальных предпринимателей, у которых нет работников, отсутствует обязанность по проведению специальной оценки условий труда, так как они не являются работодателями.

Организациям, где аттестация рабочих мест не проводилась, необходимо до конца 2014 года провести специальную оценку условий труда. Затраты по организации и проведению специальной оценки условий труда возлагаются на работодателя.

Специальная оценка условий труда проводится совместно работодателем и организацией, соответствующей установленным требованиям законодательства Российской Федерации, на основании гражданско-правового договора. Специальная оценка условий труда проводится не реже чем один раз в пять лет, со дня утверждения отчёта о проведении специальной оценки условий труда или аттестации рабочих мест.

Процедура проведения специальной оценки условий труда включает в себя следующие основные этапы:

1. Подготовка к проведению специальной оценки условий труда.

2. Проведение специальной оценки условий труда:

а) идентификация потенциально вредных и (или) опасных производственных факторов;

б) исследованиям (испытаниям) и измерениям вредных и (или) опасных производственных факторов;

в) отнесение условий труда на рабочем месте по степени вредности и (или) опасности к классу (подклассу)

условий труда по результатам проведения исследований (испытаний) и измерений вредных и (или) опасных производственных факторов.

3. Оформление результатов проведения специальной оценки условий труда.

Подготовка к проведению специальной оценки условий труда. Для проведения специальной оценки условий труда работодателем образуется комиссия по проведению специальной оценки условий труда, число членов которой должно быть нечётным, а также утверждается график проведения специальной оценки условий труда. В состав Комиссии включаются представители работодателя: специалист по охране труда, представители выборного органа первичной профсоюзной организации или иного представительного органа работников (при наличии, если профсоюза нет, работники вправе делегировать представителя трудового коллектива). Состав комиссии и порядок её деятельности утверждаются приказом работодателя. При этом если работодатель относится к субъектам малого предпринимательства, то в состав комиссии включаются работодатель – индивидуальный предприниматель (лично), руководитель организации, которые и возглавляют её. До начала выполнения работ по проведению специальной оценки условий труда утверждает перечень рабочих мест, подлежащих специальной оценке условий труда, и определяет перечень аналогичных рабочих мест, подлежащих специальной оценке условий труда.

Аналогичными рабочими местами признаются рабочие места, которые расположены в одном или нескольких однотипных производственных помещениях (производственных зонах), оборудованных одинаковыми (однотипными) системами вентиляции, кондиционирования воздуха, отопления и освещения, на которых работники работают по одной и той же профессии, должности, специальности, осуществляют одинаковые трудовые функции в одинаковом режиме рабочего времени при ведении однотипного технологического процесса с использованием одинакового производственного оборудования, инструментов, приспособлений, материалов и сырья и обеспечены одинаковыми средствами индивидуальной защиты.

При выявлении аналогичных рабочих мест специальная оценка условий труда проводится в отношении 20 процентов рабочих мест от общего числа таких рабочих мест (но не менее чем двух рабочих мест) и её результаты применяются ко всем аналогичным

рабочим местам. На аналогичные рабочие места заполняется одна карта специальной оценки условий труда.

В отношении аналогичных рабочих мест разрабатывается единый перечень мероприятий по улучшению условий и охраны труда работников.

В случае выявления в ходе проведения специальной оценки условий труда хотя бы одного рабочего места, не соответствующего признакам аналогичности, из числа рабочих мест, ранее признанных аналогичными, специальная оценка условий труда проводится на всех рабочих местах, признанных ранее аналогичными.

Проведение специальной оценки условий труда.

а) Под идентификацией потенциально вредных и (или) опасных производственных факторов понимаются сопоставление и установление совпадений, имеющих на рабочих местах факторов производственной среды и трудового процесса с факторами производственной среды и трудового процесса, предусмотренными утверждённым классификатором вредных и (или) опасных производственных факторов. Идентификации потенциально вредных и (или) опасных производственных факторов осуществляются в соответствии с методикой проведения специальной оценки условий труда, утверждённой приказом Минтруда России от 24.01.2014 № 33н и осуществляется экспертом организации, проводящей специальную оценку условий труда. Данные результаты утверждаются комиссией.

В случае, если вредные и (или) опасные производственные факторы на рабочем месте не идентифицированы, условия труда на данном рабочем месте признаются комиссией допустимыми, а исследования (испытания) и измерения вредных и (или) опасных производственных факторов не проводятся. Далее работодатель подаёт в территориальный орган федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на проведение федерального государственного надзора за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, по месту нахождения организации декларацию соответствия условий труда государственным нормативным требованиям охраны труда.

Декларация соответствия условий труда государственным нормативным требованиям охраны труда действительна в течение пяти лет. Указанный срок исчисляется со дня утверждения отчёта о проведении специальной оценки условий труда.

В случае, если в период действия декларации соответствия условий тру-

да государственным нормативным требованиям охраны труда с работником, занятым на рабочем месте, в отношении которого принята данная декларация, произошёл несчастный случай на производстве (за исключением несчастного случая на производстве, произошедшего по вине третьих лиц) или у него выявлено профессиональное заболевание, причиной которых явилось воздействие на работника вредных и (или) опасных производственных факторов, в отношении такого рабочего места действие данной декларации прекращается и проводится внеплановая специальная оценка условий труда.

По истечении срока действия декларации соответствия условий труда государственным нормативным требованиям охраны труда и в случае отсутствия в период её действия несчастных случаев на производстве или выявления профессионального заболевания у работника, срок действия данной декларации считается продлённым на следующие пять лет.

Идентификация потенциально вредных и (или) опасных производственных факторов не осуществляется в отношении:

1) рабочих мест работников, профессии, должности, специальности которых включены в списки соответствующих работ, производств, профессий, должностей, специальностей и учреждений (организаций), с учётом которых осуществляется досрочное назначение трудовой пенсии по старости;

2) рабочих мест, в связи с работой на которых работникам в соответствии с законодательными и иными нормативными правовыми актами предоставляются гарантии и компенсации за работу с вредными и (или) опасными условиями труда;

3) рабочих мест, на которых по результатам ранее проведённых аттестаций рабочих мест по условиям труда или специальной оценки условий труда были установлены вредные и (или) опасные условия труда.

В отношении указанных рабочих мест эксперт организации, проводящей специальную оценку условий труда, самостоятельно определяет перечень подлежащих исследований (испытаний) и измерений вредных и (или) опасных производственных факторов.

б) В случае, если вредные и (или) опасные производственные факторы на рабочем месте идентифицированы, комиссия принимает решение о проведении исследований (испытаний) и измерений данных вредных и (или) опасных производственных факторов в установленном порядке испытательной лабораторией (центром), экспертами и иными работниками организации, проводящей специальную оценку условий труда.

Результаты проведённых исследований (испытаний) и измерений вредных и (или) опасных производственных факторов оформляются протоколами в отношении каждого из этих вредных и (или) опасных производственных факторов, подвергнутых исследованиям (испытаниям) и измерениям. Результаты проведённых исследований (испытаний) и измерений вредных и (или) опасных производственных факторов,

подготовленных аккредитованной испытательной лабораторией (центром) также может быть использованы при специальной оценке условий труда, в случае если давность таких результатов, не более шести месяцев.

По результатам проведения исследований (испытаний) и измерений вредных и (или) опасных производственных факторов экспертом организации, проводящей специальную оценку условий труда, осуществляется отнесение условий труда на рабочих местах по степени вредности и (или) опасности к классам (подклассам) условий труда.

Комиссия вправе принять решение о невозможности проведения исследований (испытаний) и измерений вредных и (или) опасных производственных факторов в случае, если проведение указанных исследований (испытаний) и измерений на рабочих местах может создать угрозу для жизни работников, экспертов и (или) иных работников организации, проводящей специальную оценку условий труда, а также иных лиц. Такое решение оформляется протоколом, который содержит обоснование принятия этого решения и является неотъемлемой частью отчёта о проведении специальной оценки условий труда. Отчёт о проведении специальной оценки условий труда работодатель в течение десяти рабочих дней направляет в территориальный орган федерального органа исполнительной власти, уполномоченного на проведение законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права, по месту своего нахождения. Условия труда на таких рабочих местах относятся к опасному классу условий труда без проведения соответствующих исследований (испытаний) и измерений.

в) Отнесение условий труда на рабочем месте по степени вредности и (или) опасности к классу (подклассу) условий труда по результатам проведения исследований (испытаний) и измерений вредных и (или) опасных производственных факторов.

Классификация по степени вредности и (или) опасности подразделяется на четыре класса – оптимальные, допустимые, вредные и опасные условия труда. Классификация осуществляется экспертом организации, проводящей специальную оценку условий труда.

Оформление результатов проведения специальной оценки условий труда. Организация, проводящая специальную оценку условий труда, составляет отчёт о её проведении, в который включаются следующие результаты проведения специальной оценки условий труда:

1) сведения об организации, проводящей специальную оценку условий труда, с приложением копий документов, подтверждающих её соответствие установленным статьёй 19 ФЗ № 426-ФЗ требованиям;

2) перечень рабочих мест, на которых проводилась специальная оценка условий труда, с указанием вредных и (или) опасных производственных факторов, которые идентифицированы на данных рабочих местах;

3) карты специальной оценки

условий труда, содержащие сведения об установленном экспертом организации, проводящей специальную оценку условий труда, классе (подклассе) условий труда на конкретных рабочих местах;

4) протоколы проведения исследований (испытаний) и измерений идентифицированных вредных и (или) опасных производственных факторов;

5) протоколы оценки эффективности средств индивидуальной защиты;

6) протокол комиссии, содержащий решение о невозможности проведения исследований (испытаний) и измерений по основанию, указанному в части 9 статьи 12 ФЗ № 426-ФЗ (при наличии такого решения);

7) сводная ведомость Оценки;

8) перечень мероприятий по улучшению условий и охраны труда работников, на рабочих местах которых проводилась специальная оценка условий труда;

9) заключения эксперта организации, проводящей специальную оценку условий труда.

Отчёт о проведении специальной оценки условий труда подписывается всеми членами комиссии и утверждается председателем комиссии. Член комиссии, который не согласен с результатами проведения специальной оценки условий труда, имеет право изложить в письменной форме мотивированное особое мнение, которое прилагается к этому отчёту.

В отношении рабочих мест, на которых вредные и (или) опасные производственные факторы не идентифицированы, в отчёте о проведении специальной оценки условий труда указываются сведения, предусмотренные пунктами 1, 2 и 9 вышеуказанного отчёта.

Работодатель организует ознакомление работников с результатами проведения специальной оценки условий труда на их рабочих местах под роспись в срок не позднее чем тридцать календарных дней со дня утверждения отчёта о проведении специальной оценки условий труда. В указанный срок не включаются периоды временной нетрудоспособности работника, нахождения его в отпуске или командировке, периоды междувахтового отдыха. Также работодатель с учётом требований законодательства Российской Федерации о персональных данных и о государственной и об иной охраняемой законом тайне организует размещение на своём официальном сайте в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (при наличии такого сайта) сводных данных о результатах проведения специальной оценки условий труда в части установления классов (подклассов) условий труда на рабочих местах и перечня мероприятий по улучшению условий и охраны труда работников, на рабочих местах которых проводилась специальная оценка условий труда, в срок не позднее чем в течение тридцати календарных дней со дня утверждения отчёта о проведении специальной оценки условий труда.

В случае, если вредные и (или) опасные производственные факторы на рабочем месте идентифицированы, в зависимости от присвоенного класса (подкласса) для работодателей (страхователей) применяются дополнительные тарифы взносов

в Пенсионный фонд Российской Федерации на финансирование страховой части трудовой пенсии (Федеральный закон от 28.12.2013 № 421-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О специальной оценке условий труда»). Также результаты специальной оценки условий труда влияют на объём выплат работникам и их социальные гарантии.

Проведение внеплановой специальной оценки условий труда. Внеплановая специальная оценка условий труда должна проводиться в следующих случаях:

- 1) ввод в эксплуатацию вновь организованных рабочих мест;
- 2) получение работодателем предписания государственного инспектора труда о проведении внеплановой специальной оценки условий труда в связи с выявленными в ходе проведения федерального государственного надзора за соблюдением трудового законодательства и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права,

нарушениями требований настоящего Федерального закона;

3) изменение технологического процесса, замена производственного оборудования, которые способны оказать влияние на уровень воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов на работников;

4) изменение состава применяемых материалов и (или) сырья, способных оказать влияние на уровень воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов на работников;

5) изменение применяемых средств индивидуальной и коллективной защиты, способное оказать влияние на уровень воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов на работников;

6) произошедший на рабочем месте несчастный случай на производстве (за исключением несчастного случая на производстве, произошедшего по вине третьих лиц) или выявленное профессиональное заболевание, причинами которых явилось воздействие на работника вредных и (или) опасных производственных факторов;

7) наличие мотивированных предложений выборных органов первичных профсоюзных организаций или иного представительного органа работников о проведении внеплановой специальной оценки условий труда.

Внеплановая специальная оценка условий труда должна проводиться в течение 6 месяцев со дня наступления таких случаев.

Ответственность. В соответствии с кодексом об административных правонарушениях Российской Федерации с 1 января 2015 года, предусмотрена ответственность за нарушение работодателем установленного порядка проведения специальной оценки условий труда на рабочих местах или её непроведение: предупреждение или наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от 5000 до 10000 рублей; на лиц осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, от 5000 до 10000 рублей; на юридических лиц – от 60000 до 80000 рублей (ч. 2 ст. 5.27.1 КоАП РФ).

Динамика экспорта и импорта

И снова здравствуйте, наши дорогие читатели. Каждый раз мы стараемся внести разнообразие в наши статьи, и сегодня у нас не будет просто обзора цен по одному какому-либо отделению направлению рынка. Сегодня мы предлагаем Вашему вниманию информацию об экспорте и импорте. Данные по России взяты обобщенно, без разбивки, по всем товарам. А по Краснодарскому краю сделана выборка с упором на сельхозпродукцию. Кроме информации что называется «по факту», мы включили в статью и прогнозы.

По данным таможенной статистики в январе-марте 2014 года внешнеторговый оборот России составил 189,3 млрд. долларов США и по сравнению с январем-мартом 2013 года снизился на 4,2%. Со странами дальнего зарубежья внешнеторговый оборот составил 165,3 млрд. долларов США, со странами СНГ – 24,0 млрд. долларов США.

Экспорт России в январе-марте 2014 года составил 122,7 млрд. долларов США и по сравнению с январем-мартом 2013 года снизился на 3%. В общем объеме экспорта на долю стран дальнего зарубежья в январе-марте 2014 года приходилось 86,5%, на долю стран СНГ – 13,4%.

Импорт России в январе-марте 2014 года составил 66,6 млрд. долларов США и по сравнению с январем-мартом 2013 года снизился – на 6,2%. В общем объеме импорта на долю стран дальнего зарубежья в январе-марте 2014 года приходилось 88,7%, на долю стран СНГ – 11,4%.

Доля импорта продовольственных товаров и сырья для их производства в январе-марте 2014 года составила 14,8% (в январе-марте 2013 года – 13,9%). Физические объемы поставок продовольственных товаров возросли по сравнению с январем-мартом 2013 года – на 7,3%.

На долю Европейского Союза в январе-марте 2014 года приходилось 49,7% российского товарооборота (в январе-марте 2013 года – 49,9%). На страны СНГ в январе-марте 2014 года приходилось 12,7% российского товарооборота (в январе-марте 2013 года – 13,4%), на страны Таможенного союза – 6,4% (7,1%).

Основными торговыми партнерами России в январе-марте 2014 года среди стран дальнего зарубежья были: Китай, товарооборот с которым составил 21,7 млрд. долларов США (102,2% к январю-марту 2013 года), Нидерланды – 17,9 млрд. долл. США (94,5%), Германия – 17,1 млрд. долл. США (103,6%), Италия – 11,6 млрд. долл. США (90,2%), Турция – 7,9 млрд. долл. США (99,1%), Япония – 6,6 млрд. долл. США (85,0%), США – 6,4 млрд. долл. США (113,5%), Польша – 6,3 млрд. долл. США (96,1%), Республика Корея – 6,0 млрд. долл. США (105,0%), Соединенное Королевство – 5,6 млрд. долл. США (98,8%).

Вот такие цифры, что говорить «по факту». По озвученным на момент написания материала прогнозам, нам предрекают следующее:

Международный совет по зерну (МЗС) повысил прогноз по экспорту зерна из РФ в текущем сельхозсезоне

(июль 2013 года – июнь 2014 года) на 1,3 миллиона тонн – до 22,1 миллиона тонн, следует из последнего отчета совета. Минсельхоз США повысил прогноз экспорта зерна из России на 9,1% до 25,2 млн тонн в текущем сельхозгоду (с июля 2013 года по июнь 2014 года). Прогноз экспорта пшеницы из России повышен на 4% до 18,2 млн тонн при предыдущей оценке в 17,5 млн тонн, сделанной в начале апреля 2014 года.

Прогноз экспорта ячменя резко повышен – в полтора раза на 1,2 млн тонн до 3,5 млн тонн из-за уменьшения конкуренции на мировых рынках.

Увеличение российского экспорта кукурузы прогнозируется на 300 тыс тонн до 3,5 млн тонн.

По оперативным данным ФТС России по состоянию на 7 мая 2014 года, экспорт российского зерна в 2013/2014 сельскохозяйственном году составил 23,34 млн тонн. Ранее в марте 2014 года Министерство сельского хозяйства РФ повысило прогноз экспорта зерна в текущем сельхозгоду на 2 млн тонн до 22 млн тонн.

Это обобщенно о торговых взаимоотношениях России и остального мира. Если рассматривать как проходит товарооборот ЮФО и Краснодарского края, то картина складывается такая:

Основные внешнеторговые партнёры Краснодарского края в экспорте 2014 года

Страна	Позиция экспорта	Стоим. тыс. \$	Вес. Тн.
Турция	Злаки	36343,06	150890,49
	Овощи	4841,69	14066,20
	Масличные	1766,04	5217,06
Корея (республика)	Злаки	42864,35	213517,18
Египет	Злаки	93544,52	333425,40
	Овощи	13,77	27,00
Болгария	Злаки	112,96	143,34

Основные внешнеторговые партнёры Краснодарского края в импорте 2014 года

Страна	Позиция экспорта	Стоим. тыс. \$	Вес. Тн.
Турция	Фрукты и орехи	76391,62	76373,29
	Овощи	97044,39	70555,29
Китай	Фрукты и орехи	3856,17	4266,52
	Овощи	53474,73	43187,72
Израиль	Фрукты и орехи	15961,77	10128,18
	Фрукты и орехи	29874,71	50928,68
	Овощи	15613,35	19864,50
Эквадор	Фрукты и орехи	63160,52	79627,82
	Фрукты и орехи	50090,91	52051,45
Египет	Фрукты и орехи	28618,00	49343,90
	Овощи	17194,78	1354,42
Франция	Злаки	6927,34	1571,57
	Масличные	514,79	430,19
	Фрукты и орехи		

Основные товарные позиции экспорта ЮФО в январе-марте 2013-2014 гг

	2013		2014		Темп роста стоим.
	Стоим. (тыс. \$)	Вес (т)	Стоим. (тыс. \$)	Вес (т)	
Масло подсолнечное	322265	271224	253048	302262	78,52%
Пшеница и меслин	83229	246142	348420	1291647	418,63%
Кукуруза	71522	243053	132962	668889	185,90%
Масло рапсовое	32257	29396	19	17	0,06%
Рис	14851	36773	18073	27039	121,70%
Ячмень семенной	18789	61246	20431	90948	108,74%
Овощи бобовые сушёные	13520	31924	22952	68023	169,76%

Основные товарные позиции импорта ЮФО в январе-марте 2013-2014 гг

	2013		2014		Темп роста стоим.
	Стоим. тыс. \$	Вес, тонн	Стоим. тыс. \$	Вес, тонн	
Цитрусовые плоды, свежие или сушёные	199765	197091	157433	162576	78,8%
Томаты свежие или охлаждённые, с 1 января по 31 марта	103376	65570	86285	57207	83,5%
Яблоки, груши и айва свежие	63069	89180	57986	97270	120,5%
Свежие плантаны (бананы)	61733	78903	63219	79649	102,4%
Кукуруза	31762	7463	70850	14474	223,1%
Семена подсолнечника для посева	39691	4711	59034	5982	148,7%
Овощи прочие, свежие или охлаждённые	49053	31649	49120	33082	100,1%
Прочие фрукты, свежие	332261	18050	24654	13102	74,1%
Семена и споры для посева	26922	705	26505	492	98,5%

Про перепелиные яйца. Чем полезны перепелиные яйца?

Яйцо и мясо перепелов - ценнейшие диетические продукты.

Об эффективности применения перепелиных яиц в диете больных знали еще в глубокой древности. Это миниатюрное творение природы очень любят дети и охотно их едят. Детей привлекает необычный красочный цвет скорлупы и небольшая масса, и это замечательно, поскольку это незаменимый продукт в детском питании. Они вкусны и питательны и никогда не вызывают аллергии или побочных явлений (диатез) даже у тех людей, которым куриные яйца противопоказаны.

Мясо перепелов привлекает своей нежностью, сочностью, своеобразным ароматом с легким привкусом дичи. Изделия из мяса и яйца перепелов - это достойное украшение любого праздничного стола, возможность порадовать и удивить своих гостей, а также поправить здоровье. Перепелиные яйца весят 10 -12 г, с тонкой хрупкой скорлупой и различной окраской. Содержат больше биологически активных веществ и по вкусовым качествам яйца перепелов превосходят яйца других видов сельскохозяйственной птицы.

Едят перепелиные яйца печеными, вареными, сырыми, жареными, маринованными. Их используют в кулинарии для приготовления омлетов, яичниц и майонезов, а также для украшения салатов или горячих блюд. Перепелиное яйцо - это кладовая питательных веществ и терапевтических средств. По сравнению с куриным яйцом в одном грамме перепелиного содержится больше витаминов: А - в 2,5 раза, В1 - в 2,8 и В2 - в 2,2 раза. В пяти перепелиных яйцах, по массе равных одному куриному, в 5 раз вы-

ше уровень фосфора и калия, в 4,5 раза - железа. Значительно больше в яйцах перепелов меди, кобальта, лимитирующих и прочих аминокислот. По содержанию таких незаменимых аминокислот, как тирозин, треонин, лизин, глицин и гистидин, перепелиные яйца превосходят куриные. Тирозин, как известно, играет значительную роль в метаболизме и способствует формированию пигмента, обуславливающего здоровый цвет кожи. Вот почему перепелиные яйца используются в косметической промышленности.

Перепелиные яйца являются концентрированным биологическим набором необходимых человеку веществ. Известно, что яйца японских перепелов - древнейшее природное лекарство. Лечение перепелиными яйцами признано во всем мире. Перечень заболеваний, которые можно вылечить (или облегчить течение болезни), употребляя перепелиные яйца, достаточно широк:

- Заболевания желудочно-кишечного тракта, особенно язвы желудка и двенадцатиперстной кишки, гастриты;

- Анемия;
- Сильные головные боли;
- Хроническая пневмония;
- Бронхиальная астма;
- Туберкулезные интоксикации;
- Повышают устойчивость организма к радиационному облучению;
- Выведение радионуклидов из организма;
- Повышенное или пониженное давление;
- Нарушение пищеварения;
- Малокровие;
- Расстройство нервной системы;
- Аллергия;
- Чувствительность к ОРЗ;

- Повышают половую потенцию;
- Беременность у слабых женщин проходит намного легче, предотвращают срыв плода;
- Смягчают токсикоз;
- Заболевания глаз.

Для культуристов это уникальное средство увеличить белок в организме, так как яйцо усваивается на 80%, при приеме в большом количестве (более 10 штук) не вызывает диатез. Многие ученые утверждают, что из-за нехватки в питании лизоцима мы так часто болеем. Где же взять лизоцим сегодня? Сельские жители могут пить свежеснесенные яйца домашних кур, если они не заражены сальмонеллезом, туберкулезом и др. болезнями.

Но гораздо полезнее перепелиное яйцо. Оно отличается высокой стерильностью, и поэтому можно давать маленьким детям по 1-2 яйца в день, как делают это японцы. Ребенок, съедающий в день 2 перепелиных яйца, обладает лучшей памятью, крепкой нервной системой, острым зрением, лучше развивается и меньше болеет.

Яйца могут использоваться для лечения заболеваний многих внутренних органов людей и животных: желудка, кишечника, поджелудочной, щитовидной, вилочковой желез и т.д. Конечно, всех интересует вопрос, а лечат ли перепелиные яйца самые тяжелые заболевания, в том числе рак? Особенно успешно перепелиные яйца лечат:

- хронический холецистит,
- бронхиальную астму,
- болезни сердца,
- нервную систему.

...продолжение читайте в следующем номере

Материалы подготовлены специалистами ГБУ КК "Кубанский сельскохозяйственный ИКЦ"