



Секреты здоровья

Иск. кин. - 1998 -  
Библ. - с. 8.

## Кто-то пьет Бурбон, а Пресняковы — веторон

В холода нам всем трудно избежать гриппа, простуды. Но, как ни странно, чаще от инфекционных болезней страдают популярные артисты. Переезды, перелеты, плохое питание, сквозняки в огромных залах, общение с поклонниками, каждый из которых норовит чмокнуть артиста. Ну какая в такой ситуации профилактика?! Однако некоторые из наших звезд показывают чудеса стойкости даже в разгар эпидемий. Возьмите, к примеру, солистов "Самоцветов". Нынче они бодрь, как и четверть века назад, когда этот замечательный коллектив появился на отечественной эстраде. Солистка Елена Преснякова, хоть уж давно бабушка, и сейчас легко делает колесо на сцене.

Как удалось выяснить, все участники "Самоцветов" в отличной спортивной форме. По словам Елены Пресняковой, вокалист и аранжировщик Георгий Власенко еще в школе регулярно посещал занятия по акробатике. Сама же артистка серьезно увлекалась художественной гимнастикой. Другие участники тоже не чурались спорта. Коротко говоря, физическая закладка у них осталась.

— Некоторые поклонники считают, что у меня есть какие-то особые рецепты для поддержания молодости, — смеется Елена. — Никаких методик, специальных диет, как Лариса Долина, я не придерживаюсь. Мне повезло, что я от природы подвижная, с энергичным характером уральской закваски. До сих пор хочется погонять на мощном спортивном мотоцикле. В общем, и сама не унываю и своим коллегам, родным не даю хандрить.

— Но все равно кто-то из

ваших близких в холода простывает, подхватывает грипп. Как оберегаетесь от этих напастей?

— Народными способами оберегаемся: банька, мед, малиновое и облепиховое варенье! С недавних пор я регулярно витаминный препарат под названием "веторон" пью с компотом или соком. По-моему, очень хорошо оберегает и от гриппа, и от стрессов.

— А где достаете этот веторон? Наверное, из-за рубежа привозите?

— Что вы за глупости говорите! Веторон — отечественное средство: продается практически в любой аптеке. Пузыречка хватает месяца на два, а стоит он копейки. Как я понимаю, вся хитрость веторона в том, что это 2-процентный водный раствор всем знакомого бета-каротина, который придает целебные свойства моркови, облепихе, абрикосам и в медицине применяется как источник витамина А. Правда, народ у нас странный: пытается лечиться тем, что рекламируют по телевизору! Кстати говоря, за рубежом запрещена телереклама лекарств и прочих медицинских средств. Наш-то веторон я на себе испытала. Месяца через полтора глаза резче стали, но особенно укрепилась ногти. Могу винтики ими откручивать! А если в горле першит — пью тройную дозу. Обычно уже за ночь все проходит...

Можно, конечно, не верить словам Елены Пресняковой, но она действительно так отлично выглядит, что даже не поворачивается язык называть ее бабушкой российской эстрады.

Мария ШПИЛЬКА.