**Джинсы**

**и**

**Здоровье**

Оглавление.

Введение

1. Основная часть:
2. История создания джинсов.
3. Жертва моды.
4. Вред и польза джинсов
5. Заключение.
6. Список использованной литературы.

Введение.

Часто на уроках английского языка мы употребляем фразу «fashion victim» (жертва моды). Эти слова были связаны с одной из наших любимейших вещей – джинсами. Нас заинтересовало, что может связывать эти понятия и мы провели собственное расследование о пользе и вреде джинсов – самой популярной одежды в мире.

Основная часть.

Первые джинсы были сшиты в 1850г., а запатентованы были только в 1837г. Тогда это была лишь спецодежда для разнорабочих, позже практичность ткани оценили американские ковбои. Сегодня джинсы получили статус самой универсальной одежды практически на все случаи жизни.

Поначалу джинсы были свободными: ведь они были созданы для рабочих и должны были быть удобными, не стесняющими движений. Наблюдая сегодняшнюю картину, можно смело утверждать, что 21 век – век джинсов. Сегодня без них практически невозможно обойтись и человека в хлопчатобумажных штанах можно встретить всюду: от фермерского двора и туристического похода до театра и модной вечеринки.

Стараясь иметь успех на рынке, производители совершенствуют модели. Одежду из денима пропитывают аминокислотами для защиты их обладателя от старения (аминокислоты – органические соединения, содержащие карбоксильную и аминогруппу и радикал. Общее число аминокислот около 300. Однако многие из них весьма редки. Аминокислоты являются мономерами полимерных макромолекул белков и пептидов), вплетают в ткань медные нити для предотвращения сосудистых патологий (медь оказывает влияние на сосуды, предотвращая их расширение), встраивают в одежду капсулы от целлюлита. Что дальше? Покажет только время.

Но так ли все радужно в модных тенденциях? И откуда взялся термин «жертва моды»? Он принадлежит дизайнеру Оскару де ла Рента и обозначает один из феноменов повседневной жизни человека, до крайности подчиняющегося веяниям моды, тем самым выходя за рамки здравого смысла. В связи с этим нам стало интересно, что в слепом подчинении джинсовой моде может вызывать немалое опасение врачей. Проведя исследование фасонов джинсов, мы пришли к выводу, что это джинсы «скинни». Они сидят великолепно, подчеркивают фигуру, порой визуально снимают с бедер пару сантиметров. Но о чем так истошно вопит наше тело? Тиски из денима, сковывая тело, нарушают кровообращение (кровообращение – циркуляция крови по организму) и даже могут пережимать нервы в районы крестца. Как результат отеки, застой лимфы, боли в спине. Звучит забавно, но стройнящие штаны зачастую бывают причиной целлюлита – все из-за той же способности ухудшать кровоток.

По мере того, как джинсы становились модным предметом одежды, они постепенно становились все уже, а талия опускалась все ниже. Такие джинсы прекрасно смотрелись, но были не очень практичным, особенно в холодное время года. Вскоре любители узких джинсов с низкой талией начали обращаться к врачам с жалобами на странное онемение кожи, чувство жжения и раздражения на бедрах. Эти ощущения являются симптомами некоторых заболеваний периферических нервов или чувствительных центров спинного или головного мозга. Но что же выявили врачи? Они давят на нерв, расположенный под бедренной костью, и со временем вызывают его дисфункцию: нервные импульсы не могут доходить до нужных центров в результате человек ощущает боль в спине и голове.

Работая по данной теме, мы особенно заинтересовались джинсами, изготовленными из ткани в которую вплетены микроскопические капсулы с антицеллюлитным препаратом. Эффект борьбы с целлюлитом состоит в том, что 40% этого препарата впитывается в кожу в течении 48 часов носки. А что входит в состав этого препарата? Это смесь читосана и ретинола. Читосан или хитозан – аминосахаридное производное линейного полисахарида. Для его получения используются морские ракушки. Это вещество безвредно, но неэффективно в борьбе с целлюлитом. Ретинол или витамин А – жирорастворимое вещество, влияющее на обмен веществ. В некоторых случаях он может вызывать аллергические высыпания из-за переизбытка витамина А. Кто бы мог подумать, что самая популярная одежда хранит в себе столько опасностей?

Джинсы с заниженной талией не закрывают участок тела, где находятся жизненно важные органы – почки. Отсюда участившееся случаи жалоб на боль в почках. В результате переохлаждения участились случаи пиелонефрита (неспецифическое заболевание почек, характеризующееся поражением почечной лоханки).По данным статистики в нашей школе от заболеваний почек страдает 35 человек из 655 учащихся.

Заключение.

Как же избежать этих неприятностей? Мы посоветовались со школьным врачом и вот какие советы дал нам специалист. Мы озвучили их на дне науки.

1. Покупать джинсы по размеру. Если не жмут и вы чувствуете в них себя комфортно, смело берите.
2. Как только вы почувствовали раздражение, выбрасывайте джинсы.
3. Не носите джинсы постоянно.
4. Стирать их надо один раз в дне недели.
5. В холодную погоду носите утепленные джинсы и свитер, закрывающий поясничную область.

Джинсы не так безобидны, как кажутся. Не зря же люди долго не могли привыкнуть к ним. Нужно заботиться о своем здоровье и тело ваше будет благодарно вам.

Список использованной литературы.

1. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура, - М. : Изд. Центр «Владос», 1998
2. Журнал «Сила и красота». 1999, №№ январь – июль.
3. Иванова Е. Как быть красивой. М: «Олма – пресс», 2002.
4. Сидоров А.К. Ивлева В.В. «Целлюлит? Не проблема!», 2005/PDF
5. Гороховская Г.Н., Мартынов А.И., Соболева В.В.

Сердечно – сосудистая патология при истинной полицитемии, В: Издательский дом «Гэотар»

1. Титов В.Н. Атеросклероз как патология полиеновых жирных кислот – М. Фонд «Клиника XXI века», 2002.
2. Крижановский Г.Н. Общая патофизиология нервной системы. – М: Медицина, 1997.
3. Комаров Г.Д., Кучма В.Г. Носкин Л.А.

Полисистемный саногенетический мониторинг. М., МИПКРО, 2001.

1. Вегетативные расстройства: клиника, лечение, диагностика. Под ред. А.М. Вейна. – М.: Медицина, 2000.
2. Баевский Р.М., Берсенова А.П. Оценка адаптационных возможностей организма и риск развития заболеваний – М.: Медицина, 1997.