



Фото: © Freepik

# КАК НЕБОЛЬШИЕ УДОВОЛЬСТВИЯ ПОМОГАЮТ СПРАВЛЯТЬСЯ СО СТРЕССОМ

## УДОВОЛЬСТВИЯ ПРОТИВ СТРЕССА

Когда жизнь становится сложнее, многие из нас прибегают к небольшим удовольствиям – вкусной еде, любимым сериалам, чашке кофе. Ранее считалось, что люди таким образом «заедают» стресс, однако **исследование австрийских психологов** дало неожиданный результат: **в трудные периоды мы скорее пыта-**

**емся усилить хорошее настроение, нежели заглушить плохое.**

Во время карантина в пандемию люди чаще употребляли сладкое и соленое, смотрели фильмы и даже пили больше алкоголя – но не от отчаяния, а чтобы поддержать позитивное состояние.

Психологи считают, что такой кратковременный «избыточный» комфорт помогает сохранять эмоциональное равновесие, пишет **orf.at**.

## ТЕСТ НА ИНТЕЛЛЕКТ ДЛЯ РЫБ

Кто сказал, что рыбы глупые? **Австрийский зоопсихолог Александр Котршал** доказал обратное, разработав тест на интеллект для рыб.

Вместе с коллегами он создал специальное устройство – пластиковую платформу с вращающимися дисками, под которыми спрятан корм. Рыбы, научившись дви-

гать эти диски, получают доступ к пище. Эксперименты показали, что одни особи быстро осваивают задачу и действуют самостоятельно, а другие предпочитают ждать, пока кто-то из сородичей сделает работу за них.

Это открытие не только подтверждает **наличие когнитивных способностей у рыб**, но и помогает лучше понять их поведение в природе, пишет **science.apa.at**.



Фото: © jcomp / Freepik



Фото: © weyhomestudio / Freepik

## СТАРУЮ ОДЕЖДУ – В НОВУЮ БУМАГУ!

В мире образуется огромное количество текстильных отходов. Но что, если вместо сжигания превратить их во что-то полезное? Инженеры **Технического университета Граца** нашли решение: они предложили **перерабатывать хлопковые ткани в прочную бумагу**.

Исследования показали, что **добавление всего 30 % текстильных волокон** делает бумагу заметно крепче, а

значит, этот метод можно использовать для производства упаковочных материалов. Специалисты надеются, что их разработка поможет снизить объем отходов и сделает производство бумаги более экологичным.

Сейчас команда ученых работает над адаптацией технологии для промышленного масштаба – и, возможно, в будущем наши картонные коробки будут сделаны не из деревьев, а из старых рубашек и джинсов, пишет **science.orf.at**.



Photo © jump / Freepik

## КАКАДУ И ВОРОНЫ ПОРАЖАЮТ УЧЕНЫХ

**В**ы думаете, что вороны – просто хитрые птицы, а какаду – милые попугайчики? Исследования австрийских ученых доказали, что интеллект этих пернатых куда сложнее, чем можно было предположить.

Например, чтобы доставать еду, какаду научились использовать два различных инструмента по очереди: сначала они прорезали пленку, а затем длинной палочкой извлекали орех. Это требует планирования и логики, что свидетельствует о высоком уровне когнитивных способностей. А вороны не только запоминают лица людей и «разговаривают» друг с другом с помощью различных интонаций, но и умеют манипулировать сородичами, срабатывая их ради собственной выгоды. Их социальный интеллект настолько развит, что они помнят своих друзей и врагов годами.

Эти открытия показывают, что пернатые не уступают в интеллекте даже некоторым млекопитающим, сообщает [orf.at](http://orf.at).

## КЛИНИКА ВЕНЫ СНОВА В ЧИСЛЕ ЛУЧШИХ БОЛЬНИЦ МИРА

**Е**сли в Австрии вас вдруг настигнут проблемы со здоровьем, то можно сказать, что вам повезло: венская университетская клиника АХН снова вошла в топ-30 лучших больниц мира. В рейтинге, составленном американским изданием *Newsweek*, она заняла 27-е место среди 250 медицинских учреждений.



Photo © AKH Wien / Eva Kaldy

Клиника известна не только своим высоким уровнем медицинского обслуживания, но и передовыми научными исследованиями. Интересно, что вместе с АХН в рейтинг были включены и другие австрийские больницы – университетские клиники Инсбрука и Граца.

Власти Вены уже назвали это достижение свидетельством высокого уровня австрийской медицины и пообещали продолжать инвестировать в развитие здравоохранения, сообщает [meduniwien.ac.at](http://meduniwien.ac.at).



Photo © Daniel Zapanc / Zoo Schönbrunn

## ГРАНДИОЗНЫЙ ПЕРЕЕЗД В ЗООПАРКЕ ШЁНБРУНН

**О**казывается, переселение рыб – это целая наука! В зоопарке Шёнбрунн в Вене недавно завершилась уникальная операция: сотни редких рыб и других водных обитателей переехали из старого аквариума в новый научно-исследовательский центр.

Этот процесс был сложным и поэтапным, ведь в зоопарке обитают редкие виды, некоторые из них уже исчезли в дикой природе. Чтобы минимизировать риски, сначала переселили лишь часть популяции, наблюдая за их адаптацией. Теперь в новом центре рыб не только изучают, но и занимаются их разведением, чтобы в будущем, возможно, вернуть некоторые виды в природу. Ведь пресноводные экосистемы под угрозой – более четверти видов уже находятся на грани исчезновения.

Работа зоопарка доказывает, что забота о природе – это защита не только крупных животных, но и самых незаметных ее обитателей, пишет [zoovienna.at](http://zoovienna.at). ■

**Др. Александра Шмидт-Трост**

**русскоговорящий  
ДЕТСКИЙ ВРАЧ**

10-летний стаж в неонатологии, дополнительная специализация по детской неврологии, эпилепсии и ЭЭГ. Частный кабинет (анализ крови) и визиты на дом

*Kinderpraxis  
Wien West*

Тел.: 0680-1339559, 14 р-н Вены, Linzerstrasse 382 / I / 5  
[www.kinderpraxis-wien-west.at](http://www.kinderpraxis-wien-west.at)

**DR. SVITLANA POKORNIK  
ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ**

ЭСТЕТИЧЕСКАЯ РЕСТАВРАЦИЯ •  
КОРРЕКЦИЯ ПРИКУСА •  
ИМПЛАНТАТЫ •  
ПАРОДОНТАЛЬНОЕ  
ЛЕЧЕНИЕ • ДЕТСКАЯ  
СТОМАТОЛОГИЯ

Частная клиника:  
Röggergasse, 32/1-3  
1090 Wien  
Тел. + 43 (0699) 131 27 147  
[www.dr-pokornik.at](http://www.dr-pokornik.at)

**ОА Dr.med.univ. Polina Lyatoshinskaya**  
врач-специалист акушер-гинеколог  
кандидат медицинских наук

- Планирование и ведение беременности
- Ведение родов и послеродовая реабилитация
- Лечение климактерических и сексуальных расстройств, anti-age терапия
- Генетические консультации по раку молочной железы
- Эндовидеохирургия и пластические операции (Donauspital)

PRAXIS NOVUM-MED  
Kagranner Platz 12  
1220 Wien

+43 676 76 03 706  
[www.novum-med.at/russisch/](http://www.novum-med.at/russisch/)  
[frauenarzt@novum-med.at](mailto:frauenarzt@novum-med.at)