

Òàèàññíòàððàìèÿ (Íáàðòóúâàìèà)

Òàèàññíòàððàìèÿ

Òàèàññíòàððàìèÿ - èñííèóçíàáìèà áèàáíòáíòííáííçááèñòàèÿ èíñíàòè-áñèèð ñðàáñòà íà ñíííáà ïðñèèð ïðíàóèòíà - áíáíòíñèáé, ïðòíèííàòíèíèè" Íààèòèíèíáí Õáíòðà Áíòíàà òàèàññíòàððàìèÿ ïðíáíèèòñÿ íà íáííè èç íàèáíèàà ÿòòàèèèáííè èèíèè èíñíàòèèè - "Algo

Áíáíòíñèè, ãðÿçè ïèàçúâàðò íà ïðàáìèçì ðàçííòòíðííáà ááèñòàèè:

- Ñòèíóèèðòòòòò íáíáí ááúáñòà
- Òàèÿðòñÿ èñòí-íèèíí ïèèðíÿèáíáíòíà, àèòàìèííà è àìèííèèñèò
- Óèò-ðàðò èà-áñòáí èíæè
- Ííáúðàðò ïùðà-íúè òííóñ
- Áèíèèðòòòò àèüòà-ðáòáíòíðú è ñòèíóèèðòòòò ááòà-ðáòáíòíðú æèðíáúð èèáòíè, ðòí ïíçáíèÿðò áíòíòóññÿ ñ òáèèðèèòí è èçáúòí-
- Íáðòðáìèÿ òáèíòòííñèè èíæíúð ïíèðíáíà

Íðíòèáíííèàçáìèÿ è òàèàññíòàððàìèè:

- Íáèíòíðúá ñáðáá-íí-ñííóáèñòòà çàáíèáááìèÿ
- Çàáíèáááìèÿ èðíàè
- Çàáíèáááìèÿ ùèòíàèáííè æáèáçú ñ àèíáðòòíèèèèè è áðòáèà ÿíáíèðèííúá çàáíèáááìèÿ
- Ííèíèíàè-áñèèà çàáíèáááìèÿ
- Áèíáèíèíàè-áñèèà çàáíèáááìèÿ (ñí ñèèííííòòòò è ííáíáðàçáíèèÿ)
- Íáèíòíðúá çàáíèáááìèÿ èíæè

Íáàðòóúâàìèà

Íá ðòóúâàìèà - íàèí èç ïíàèòèèèðíááííúð ïáòíáíà òàèàññíòàððàìèè, íà ñíííáà áóðóð ïðñèèð áíáíòíñèáé ñ áíáááèèáíèáí áðòáèè èííííáí (ñèðááú, ïèèèíàè, èíííííí), ðòí çíà-èòàèüíí ïíáúðàðò ÿòòàèèèáííñòú ïðíòááòðú.Ííñèà í-èùáìèÿ èíæè íáííñÿò àèòèáíúè ïðáíàðò-è èíííðáññèð. Íðèíáíáíèà ÿòíáí ïáòíáà àèòèáèçèðòáò òèðèèóÿòèð èèíòú, áúáíáèòñ òíèíí èèíòú èç òèáíáé òíèñè-áñèèà ááúáñòàà, ï ïèèðíÿèáíáíòíà è ïèíáðàèüíúð ááúáñòà á ïðàáìèçíà.

Íðíòèáíííèàçáìèÿ è áíðÿ-èí íá ðòóúâàìèè:

- Áàðëéíçíäý áíëáçíü
- Êóíáðíç
- Ñíñóäëñóúá íáðóðáíëý á çííá íðääíñëääááííáí áíçääéñóäëý
- Æèíáêíëíäë÷áñêëá çááíëääáíëý (òëáðíëííà, ýíáííáððëíç, ìàñòííàðëý è äð.)
- Çááíëääáíëý ùèòíáëääíé æáëáçü
- Ýíëëáíñëý

Íðë íáëë÷èè ýòëò íðíðëääíñëääáíëé, íðëíáíýðñý òíëíáíüá íáðóðáíëý ñ àëòëáííë èííííáíóáíë. Äëý ðíáóðáíëý ýðóáëòëáííòë è èó (LPG) èèë ìáíóáëúííí ìáññáæáí, ÷òí ðíçáíëèð çíá÷èòáëúíí ðéó÷èòó èèíòíáðáíáæ è ìéèðíòëðéóëýòèð éðíáë, áðáíëðíáàòó ðíáëíá

Íí Áàðáíó æáëáíëð èíñíáðíëíá ðíáááð,ò íáíáóíäëíòð èíñíáðèéó äëý áííàðíáíí óðíáà.