

«К здоровью через книгу»

ВИРТУАЛЬНАЯ КНИЖНАЯ ВЫСТАВКА



Медицина здоровья против медицины болезней. Другой путь : Как избавиться от гипертонии, диабета и атеросклероза / А. Ю. Шишонин ; заведующий редакцией О. Ро. - Москва : АСТ, 2021. - 287 с.



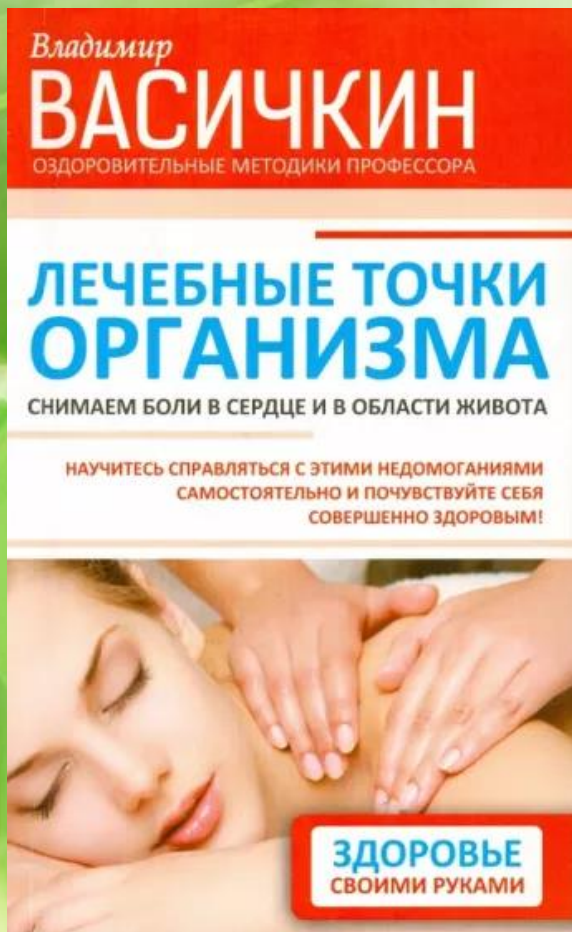
Книга известного московского врача, кандидата медицинских наук Александра Шишонина рассказывает о причинах гипертонии, атеросклероза, диабета и других хронических болезней, которые современная медицина считает неизлечимыми.

Наука не стоит на месте. Сегодня многие болезни купируются или излечиваются безлекарственным методом, разработанным доктором Шишониным.

Убедительный авторский взгляд на человеческий организм позволит читателю найти правильный путь к здоровью.

Книгу можно взять в городской библиотеке на ул. Бажова, 24 (2 этаж)

*Лечебные точки организма. Снимаем боли в сердце и в области живота :
пособие / В. И. Васичкин ; редактор О. И. Павлова. - Москва : АСТ, 2015. - 160 с.*



Эта книга - поистине уникальный способ лечения. Его ценность в том, что он не требует никаких лекарств и медикаментов - для выполнения массажа нужны лишь чуткие руки и знания о природе человеческого организма.

Точечный массаж помогает привести в порядок все системы организма, "заводит" природные часы, лечит сбои и оптимальным образом перераспределяет энергию внутри человека. Это наиболее доступный и естественный метод лечения, и он может принести Вам неоценимую помощь.

**Книгу можно взять в зале деловой информации
городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (3этаж)**

Болезни от А до Я. Классификация, лечение, предотвращение : справочник / Авт.-сост. З. Г. Шестакова. - Москва : АСТ : Астрель, 2002. - 255 с.

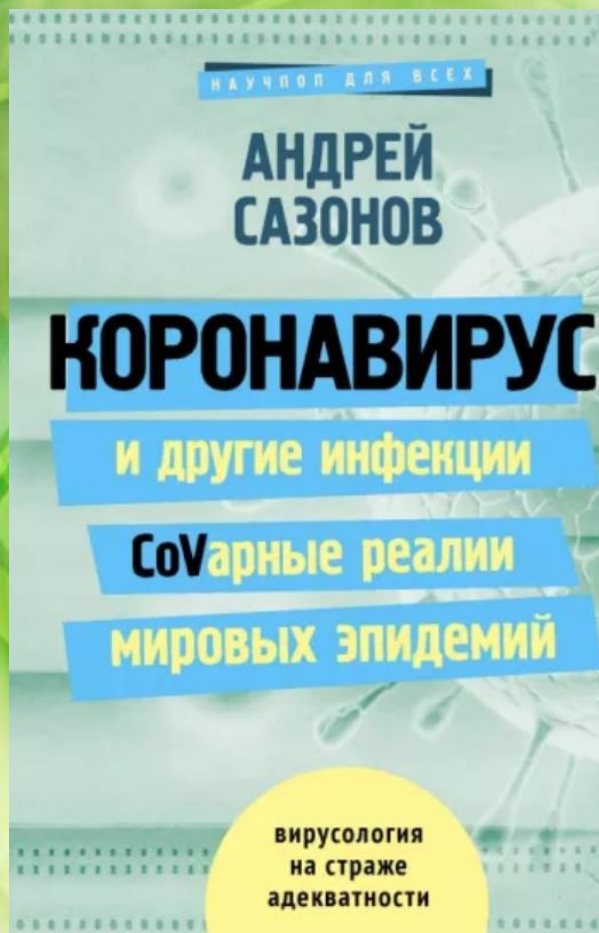


В книге даны описания причин и симптомов большинства известных заболеваний, а также их лечение и профилактика.

Издание может быть использовано в качестве справочника и адресуется широкому кругу читателей.

Книгу можно взять в городской библиотеке на ул. Бажова, 24 (2 этаж)

Коронавирус и другие инфекции. СоVarные реалии мировых эпидемий : пособие / А. Сазонов ; редактор Т. Тимошина. - Москва : АСТ, 2020. - 272 с.



В книге с научной точки зрения рассказывается об истории эпидемий и причинах, по которым они возникают, а также методах борьбы с ними.

Читатели узнают о пандемии ВИЧ, гриппе, коронавирусной инфекции COVID-19, вакцинации и о многом другом.

Андрей Сазонов дает советы по грамотной оценке своего состояния, рассказывает, как обезопасить себя от заражения и сохранять спокойствие, даже если вокруг все только и говорят об эпидемии.

Изложенная в книге информация поможет читателям защитить себя не только от болезней, но и от манипуляторов.

Книгу можно взять в городской библиотеке на ул. Бажова, 24 (2 этаж)

Как жить дольше 50 лет. Честный разговор с врачом о лекарствах и медицине : пособие / А. Л. Мясников. - Москва : Эксмо, 2013. - 192 с.



Авторская книга А.Л. Мясникова уникальна. Книга полностью посвящена решению проблем со здоровьем обычного человека и дает взвешенные и откровенные ответы врача на все наиболее частые вопросы, которые задают доктору Мясникову во время его радиоэфиров и телепередач, в письмах и телефонных звонках в редакцию.

Мясников умеет ободрить человека, а иногда и развеселить, и всегда вселяет уверенность, что всё у нас будет хорошо.

Если вам не удастся каждую пятницу смотреть доктора Мясникова на канале "Россия" - то это книга для вас.

Книгу можно взять в зале деловой информации городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (Зэтаж)

0,05. Доказательная медицина от магии до поисков бессмертия : научно-популярная литература / П. Таланов ; главный редактор В. Горностаева ; художник А. Бондаренко. - Москва : АСТ, 2019. - 557 с.



Что такое клинические испытания и как они проводятся? Кто такие биохакеры и как современные специалисты ищут эликсир бессмертия? Как выбирают пациентов для испытаний и почему это часто приводит к ошибкам? Что такое доказательная медицина и чем она отличается от альтернативной? Каковы основные доводы и лозунги сторонников последней и почему они в корне ошибочны? Чем вообще настоящая медицина отличается от шарлатанства и магических практик?

Книга Петра Таланова содержит всю исчерпывающую информацию о том, как зарождалась доказательная медицина, в каком состоянии находится сейчас, и каково ее будущее.

Книгу можно взять в городской библиотеке на ул. Бажова, 24 (2 этаж)

Антирак. Новый образ жизни / Д. Серван-Шрейбер ; пер. С англ. О. Н. Агеевой ; пер. О. С. Епимахова ; ред.: О. К. Вавилова, К. Л. Киселевой. - Москва : РИПОЛ Классик, 2013. - 496 с.



Книга написана доктором медицины, врачом нейропсихиатром и психологом, глубоко владеющим теорией и практикой своей специальности.

Перед нами тот редкий случай, когда читатель может полностью доверять автору, который в буквальном смысле ручается за написанное головой. Заболев одной из опасных форм рака – глиобластомой головного мозга и сделав свой выбор в пользу жизни, Давид Серван-Шрейбер на профессиональном уровне занимается онкологией, изучая, анализируя и применяя на практике все возможности излечения онкологии.

В книге есть множество случаев из практики, захватывающие истории открытий и ссылки на ведущие научные издания, есть рецепты и таблицы, кривые и списки. Вы можете (и наверняка захотите) воспользоваться сведениями и рекомендациями, чтобы помочь себе и близким найти путь к здоровой жизни.

Книгу можно взять в городской библиотеке на ул. Бажова, 24 (2 этаж)

15 минут в день для здоровья. Эксклюзивная программа Ридерз Дайджест. - Москва : Ридерз Дайджест, 2003. - 360 с.

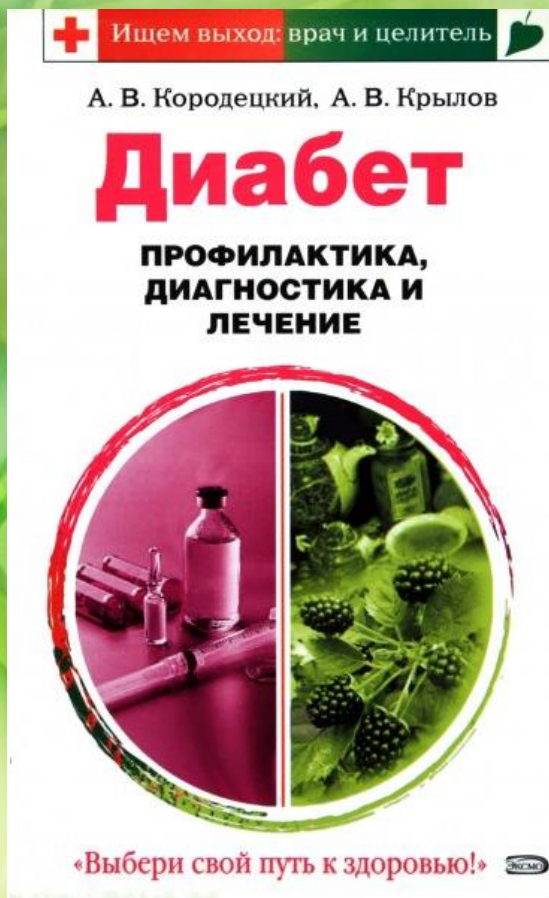


Сохранить здоровье и до преклонных лет наслаждаться жизнью - желание вполне осуществимое. Ведь хорошее самочувствие и работоспособность зависят не от воли случая. Все в ваших руках - при условии, что вы согласны приложить некоторые усилия, не превышающие, впрочем, пределов разумного.

Эта книга - программа вашего успеха. Не медлите и начните новую, активную жизнь. 15 минут в день для своего здоровья - разве это много? Составьте для себя индивидуальный план тренировок, чтобы всегда быть в хорошей физической форме. Следуя рекомендациям книги, вы быстро добьетесь изменений к лучшему, которые можно увидеть, ощутить и измерить!

Книгу можно взять в городской библиотеке на ул. Бажова, 24 (2 этаж)

Диабет : пособие / А. В. Кородецкий, А. В. Крылов. - Москва : Эксмо, 2008. - 223 с.



Предлагаемое издание — попытка найти разумный компромисс между официальной и нетрадиционной медициной. Представители разных медицинских направлений — традиционного и народного — объединили усилия, чтобы полностью осветить непростую проблему сахарного диабета.

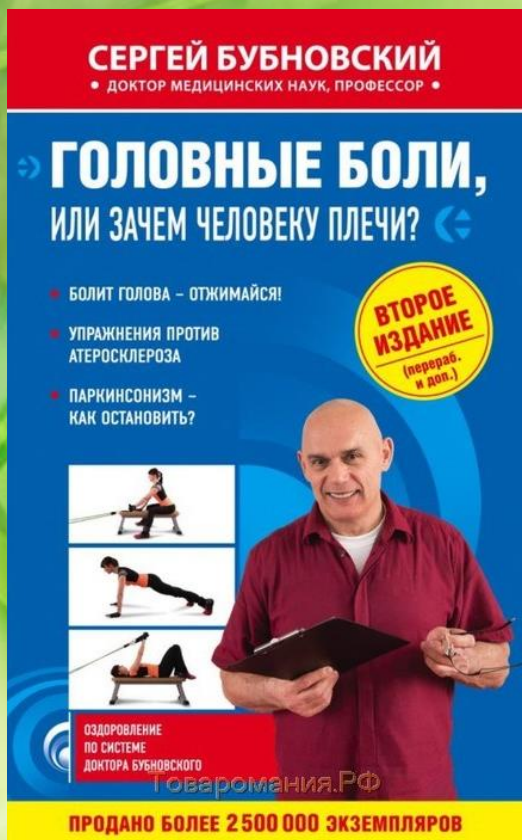
Современные схемы лечения и лечебные препараты, лечебная физкультура и массаж, психологическое воздействие дополняются арсеналом специалиста по нетрадиционной медицине. Опытный эндокринолог, врач-диабетолог профессионально освещает теоретические и практические аспекты, а известный травник, народный целитель дает практические рекомендации в русле самых современных направлений в лечении сахарного диабета, предлагаемых народной медициной.

Издание — настоящая энциклопедия диабета, содержащая все самую необходимую и полезную информацию.

Она будет интересна широкому кругу читателей, которые намерены не только разобраться в своем недуге, но и успешно с ним справиться.

**Книгу можно взять в зале деловой информации
городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (3этаж)**

Головные боли, или зачем человеку плечи : пособие / С. Бубновский. - Москва : Эксмо, 2015. - 192 с.



Что может быть хуже головной боли? От нее невозможно убежать. Причин головной боли великое множество, но мало кто знает, что часто они связаны со слабостью мышц плечевого пояса.

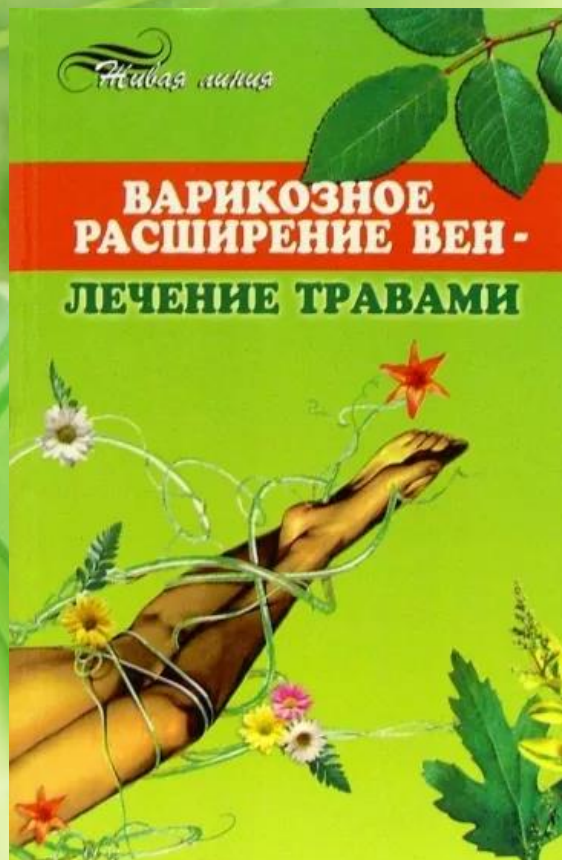
В своей книге доктор Бубновский расшифровал код головных болей и показал выход из этого замкнутого круга без обезболивающих препаратов. Можно ли справиться с болью самостоятельно? Что такое мышечная депрессия? Как быть с острой головной болью? К чему может привести склероз сосудов мозга?

Автор расскажет, как правильно выполнять упражнения, чтобы избавиться от головных болей, а также болей в плече и шее, как укрепить свою психику. В конце книги помещен "Большой жизненный словарь", в котором с оригинальным медицинским юмором описываются состояния краха здоровья людей, игнорирующих подсказываемый автором путь к здоровью.

Книга может быть интересна всем без исключения.

**Книгу можно взять в зале деловой информации
городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (3этаж)**

Варикозное расширение вен - лечение травами : пособие / А. И. Чапов. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. - 304 с.



Эта книга будет интересна всем тем, кого интересует проблема варикозного расширения вен.

Автор познакомит читателя с причинами возникновения данного заболевания. Они узнают, какие профилактические мероприятия помогут избежать варикозного расширения вен. Большое внимание уделяется травам, используемым для лечения заболевания.

Для широкого круга читателей.

**Книгу можно взять в зале деловой информации
городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (3этаж)**

Русская рулетка. Как выжить в борьбе за собственное здоровье : пособие / А. Л. Мясников. - Москва : Эксмо, 2014. - 356 с.



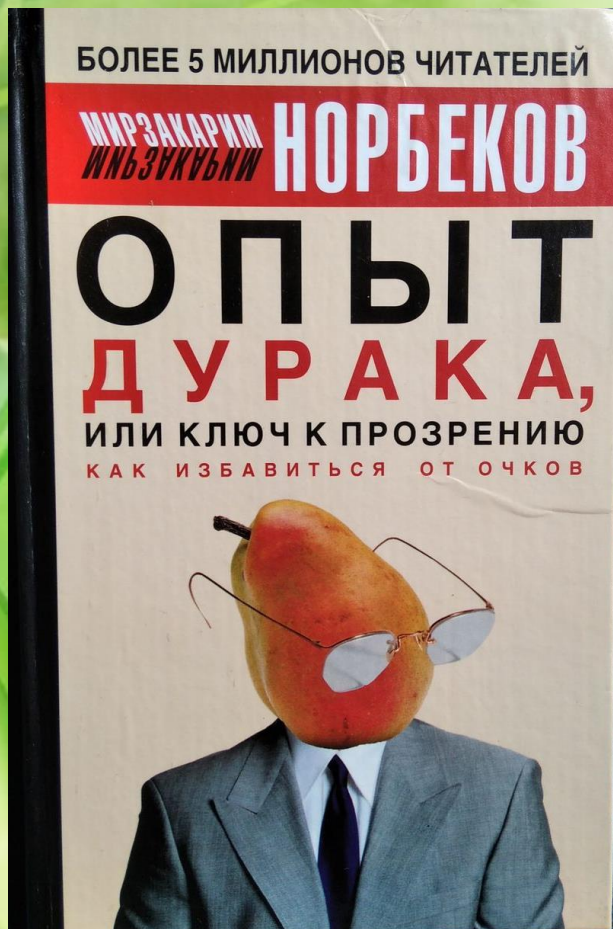
Никто не верил, что о проблемах со здоровьем когда-либо какой-то доктор с медицинским дипломом и профессиональным авторитетом сможет говорить просто и доступно, не опускаясь до примитивизма и откровенной пошлости.

Для миллионов россиян именно доктор Мясников, уважаемый врач из самой уважаемой врачебной династии, стал первым переводчиком с медицинского на человеческий.

"Русская рулетка" - вторая книга в серии "О самом главном с доктором Мясниковым". Она помогла десяткам тысяч читателей пройти курс ликбеза и научиться сознательно выбирать лекарства, не играть в "русскую рулетку" с системой здравоохранения и справляться с самыми частыми неполадками в организме, которые мешают жить.

**Книгу можно взять в зале деловой информации
городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (3этаж)**

Опыт дурака, или ключ к прозрению. Как избавиться от очков : монография / М. С. Норбеков ; редактор М. В. Серебряева. - Москва : Весь, 2002. - 316 с.



Это не просто пособие по ускоренному обучению восстановления зрения, не просто трактат по философии для хронического больного-неудачника, а, скорее, руководство к действию. Здесь раскрывается, система, признанная Международной ассоциацией независимых экспертов как самая эффективная среди известных с 1998 года альтернативных оздоровительных систем. Трудно определить жанр этой книги. Возможно, потому, что такого просто еще нет.

Совершенно точно, что эта книга никого не оставит равнодушным. Ни одного человека! У кого-то она вызовет неприязнь и агрессию, а кто-то за необычной формой откроет для себя что-то истинное и сокровенное. Одним словом, эта книга - тест на определение способности читать между строк, видеть глазами сердца и открывать глубинную суть вещей.

**Книгу можно взять в зале деловой информации
городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (Зэтаж)**

Медицина в эпоху Интернета. Что такое телемедицина и как получить качественную медицинскую помощь, если нет возможности пойти к врачу / А. В. Владзимирский ; главный редактор Р. Фасхутдинов. - Москва : Э, 2020. - 283 с.



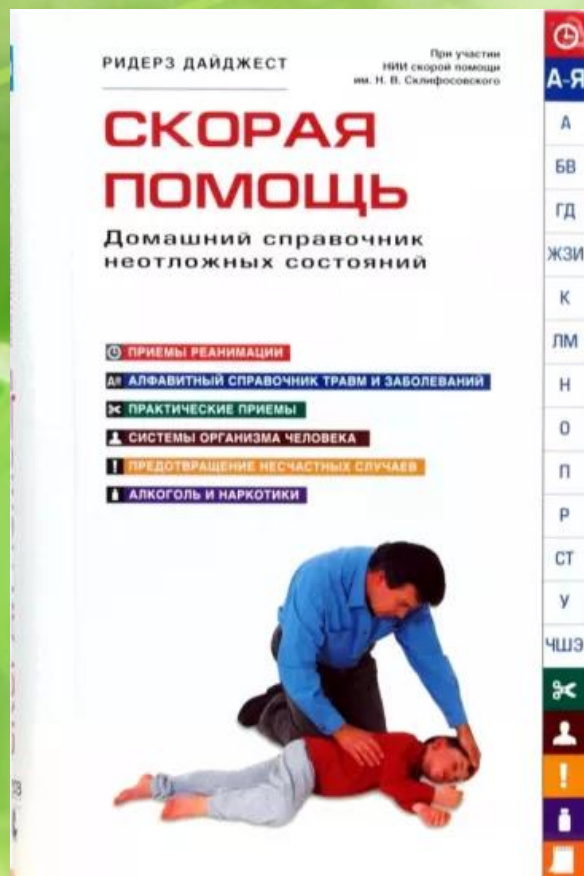
Большие расстояния, нехватка кадров и потребность в своевременном и квалифицированном совете - все это причины частых промедлений с лечением, которых можно избежать с помощью цифровых технологий.

Эта книга не учит "лечиться по телевизору" и, конечно же, не призывает превращать процесс лечения в бесконечные телефонные разговоры с докторами. Однако она поможет всем, кто заботится о своем здоровье, делать это быстрее и эффективнее: телемедицина не заменяет врача, но расширяет его возможности.

Эта книга не является пособием по самолечению. Перед совершением любых рекомендуемых действий проконсультируйтесь со специалистом.

Книгу можно взять в зале деловой информации городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (Зэтаж)

Скорая помощь. Домашний справочник неотложных состояний : указатель / редактор Н. Ярошенко. - Гонконг : Ридерз Дайджест, 2004. - 286 с.



Неотложные состояния наступают тогда, когда их меньше всего ждешь: падает приставная лестница, заносит автомобиль, бьет током электропроводка, ребенок заходится кашлем и т.д.

В чрезвычайных ситуациях самое главное - действовать точно и без промедления. Этот уникальный справочник построен так, чтобы человек быстро получил информацию, которая может спасти чью-то жизнь.

Алфавитный указатель по правому краю книги выводит читателя на нужную тему с четким описанием порядка действий и наглядными цветными фотографиями.

В книге описаны свыше 70 наиболее частых травм и заболеваний, рассмотрены различные приемы реанимации и детально представлены важнейшие практические навыки: как правильно наложить повязку, остановить кровотечение и т.д. Авторы посчитали необходимым дать обзор различных систем организма человеку и составить простые рекомендации по предотвращению несчастных случаев. Кроме того, строго практический подход использован при рассмотрении таких проблем, как алкоголизм и наркомания.

Книгу можно взять в зале деловой информации городской библиотеки на ул. Бажова, 24 (3этаж)

Болезни сердца и сосудов : Полный справочник / составитель: А. А. Дроздов, Н. В. Дроздова. - Москва : ЭКСМО, 2008. - 671 .

Сердечно-сосудистые заболевания - широко распространённое явление во всём мире.

В данном справочнике отражены самые полные и актуальные сведения о заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Наглядно представлены причины их возникновения и механизмы развития, даны симптомы наиболее распространённых заболеваний сердца и сосудов. Подробно описано течение болезней, приведены самые современные методы диагностики, лечения, профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Представленные в книге практические рекомендации и полезная информация помогут своевременно выявить заболевание сердца и сориентироваться в методах его лечения.

Издание предназначено для широкого круга читателей.
Будьте здоровы и счастливы!



Книгу можно взять в городских библиотеках на ул. Бажова, 24 и Кузнецова, 10

Спасибо за внимание!

Будьте здоровы и счастливы!

