

Российская государственная библиотека для слепых

=====

= Предлагаем вашему вниманию

ЗВУКОВОЙ СБОРНИК

ЗДОРОВЬЕ 2025 № 1

ЯНВАРЬ

СЕЗОН

Ольга Бельская.- Детокс после праздников: Как вернуться в форму и стоит ли это делать // Секреты здоровья.- 2025.- №1.- с. 26

Елена Нечаенко.- Красный и зеленый – два цвета года// АИФ Здоровье.- 2024.- №24.- с. 3

Саида Казиханова.- Простуда. Правила выздоровления// Народный доктор.- 2025.- №1.- с. 14

НОВОСТИ

Это нужно знать // Живу с диабетом.- 2025.- №1.- с. 4

Надежда Земцова.-Компрессы при мастопатии// Народный доктор.- 2025.- №2.- с. 16

Дмитрий Макунин.-Барсучий жир против простуды, язвы, артрита// Народный доктор.- 2025.- №2.- с. 19

МЫ И НЕ ЗНАЛИ

Оксана Черных.- Целлюлит: И не друг, и не враг, а так...// Секреты здоровья.- 2025.- №1.- с. 22

В ФОКУСЕ

Ольга Павлова.- Заплывает талия – виноваты гормоны // Живу с диабетом.- 2025.- №1.- с. 12

Марина Берковская.- Недосып и его последствия // Живу с диабетом.- 2025.- №1.- с. 20-21

Вячеслав Лисовой.- 22 тревожных симптома // Народный доктор.-
2025.- №1.- с. 5

Павел Алексейков.- Боль при нагрузке – предвестник инфаркта //
Народный доктор.- 2025.- №1.- с. 10

Елена Строгина.- Страх без причины – признак?// Народный доктор.-
2025.- №1.- с. 12

Вероника Корнилова.- Атрофия желудка - не болит, но угрожает//
Народный доктор.- 2025.- №1.- с. 12

Ирина Лузинова.-Грибок ногтей: уходя – уходи!// Народный доктор.-
2025.- №2.- с. 15

ШКОЛА ДИАБЕТА

Ольга Захарова.- Отдыхать и питаться полноценно// АИФ Здоровье.-
2024.- №24.- с. 15

Ольга Беспятая.- Скрытый диабет // Живу с диабетом.- 2025.- №1.- с. 5

Александра Андреева.- Соя при СД // Живу с диабетом.- 2025.- №1.- с.
14

Наталья Кашица.- Сахарный диабет бьет по почкам // Живу с
диабетом.- 2025.- №1.- с. 15

Ирина Подольская.- Пароварка в помощь диабетiku // Живу с
диабетом.- 2025.- №1.- с. 22-23

Андрей Заломленков.- Преддиабет, диабет – нет! Держим сахар в
норме// Народный доктор.- 2025.- №2.- с. 4

РАССЛЕДОВАНИЕ

Елена Пухова.- «Краб» против «крокодила»/ Секреты здоровья.- 2025.- №1.- с. 23

Ирина Лузинова.- Узлы на щитовидке – не всегда болезнь// Народный доктор.- 2025.- №1.- с. 15

Наталья Киселёва.- Стратегия отказа: учимся говорить нет без чувства вины/ Секреты здоровья.- 2025.- №1.- с. 16-17

Михаил Кутушов.- Осторожно! Бытовая химия// Народный доктор.- 2025.- №2.- с. 31

НОВЫЕ ПОДХОДЫ

Наталья Киселёва.- Стратегия отказа: учимся говорить нет без чувства вины/ Секреты здоровья.- 2025.- №1.- с. 16-17

Ирина Лузинова.- Тот самый «воспалительный»// Народный доктор.- 2025.- №2.- с. 26

Фтор: яд или спасение от кариеса?// Народный доктор.- 2025.- №2.- с. 13

ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Александра Андреева.- Пароварка в помощь диабетiku // Живу с диабетом.- 2025.- №1.- с. 24

Александра Андреева.- Пароварка в помощь диабетiku // Живу с диабетом.- 2025.- №1.- с. 30

Елена Нечаенко.- Диетой можно лечить// АИФ Здоровье.- 2025.- №1-2.- с. 3

Астенический синдром вылечим за столом/ Секреты здоровья.- 2025.-
№2.- с. 26

Вера Судакова.-Тибетского кефира не желаете?// Народный доктор.-
2025.- №2.- с. 17

Александр Васильев.-Пицца – можно отравиться// Народный доктор.-
2025.- №2.- с. 17

Вероника Корнилова.-5 мифов об алкоголе// Народный доктор.- 2025.-
№2.- с. 12

Атакуют Паразиты// Народный доктор.- 2025.- №2.- с. 18

Оксана Черных.-Тайна белой форели/ Секреты здоровья.- 2025.- №2.-
с. 18-19

РОДИТЕЛЯМ О ДЕТЯХ

Елена Пухова.- Воспитание и наказание/ Секреты здоровья.- 2025.-
№1.- с. 25

Елена Аманова.- Баю-бай// АИФ Здоровье.- 2025.- №1-2.- с. 10

Алиса Михайлова.- Почему ребёнок робок.- 2025.- №1-2.- с. 10

АНАТОМИЯ БОЛЕЗНИ

Елена Кидяева.- Почему болят ноги? Взгляд ортопеда/ Секреты
здоровья.- 2025.- №1.- с. 10-13

Наталья Киселёва.- Деревянный хребет/ Секреты здоровья.- 2025.-
№1.- с. 14-15

Елена Васина.- Паниковать не спеши, просто дыши/ Секреты
здоровья.- 2025.- №2.- с. 16-17

Елена Кидяева.- Астения: жизнь без сил/ Секреты здоровья.- 2025.- №2.- с. 10-13

Елена Нечаенко.- Камням не место в почках.- 2025.- №1-2.- с. 4

Андрей Зуев.- Дискоболь.- 2025.- №1-2.- с. 6

Елена Васина.-Похлопаем тело с чувством умело// Секреты здоровья.- 2025.- №2.- с. 9

С. Анофелес.- Спирт и атеросклероз/ Химия и жизнь.- 2025.- №1.- с. 34-37

ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА

Екатерина Пельменова.- Пей чай/ Секреты здоровья.- 2025.- №1.- с.8 -9

Оксана Черных.- Груша Конференция – вне конкуренции! // Секреты здоровья.- 2025.- №1.- с. 18-19

Оксана Черных.- «Сами с усами»// Секреты здоровья.- 2025.- №2.- с. 8

Елена Нечаенко.- Красный и зеленый – два цвета года// АИФ Здоровье.- 2024.- №24.- с. 2

Мария Тихменева.- Чай по имени Иван// АИФ Здоровье.- 2025.- №1-2.- с. 8