

Российская государственная библиотека для слепых

=====

= Предлагаем вашему вниманию

ЗВУКОВОЙ СБОРНИК

ЗДОРОВЬЕ 2025 № 8

Август

## СЕЗОН

Елена Нечаенко.- От осанки зависит успеваемость // АиФ Здоровье.- 2025.- №15.- с. 3

Елена Аманова.- Грибок ногтей любит тепло// Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 5

Лидия Юдина.- Если нос забит Простые средства от насморка // АиФ здоровье.- 2025.- №15.- с. 6

Елена Аманова.- Вот так искупались // АиФ здоровье.- 2025.- №15.- с. 6

Елена Нечаенко.- Самый сок Арбуз полезен для мозга и сердца // АиФ здоровье.- 2025.- №15.- с. 11

Екатерина Анохина.- Целебные дары леса // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 4

Екатерина Пельменева.- Если пятки играют в прятки // Секреты здоровья.- 2025.- №15.- с. 22-23

## НОВОСТИ

Алиса Михайлова.- Укус может быть смертельным // АиФ здоровье.- 2025.- №15.- с. 10

Екатерина Волковицкая, Анна Соколова.- Лукошко проблем // АиФ здоровье.- 2025.- №15.- с.16

## МЫ И НЕ ЗНАЛИ

Лидия Юдина.-Как держать удар // АиФ Здоровье.- 2025.- №15.- с. 8

Дмитрий Макунин.- Моющие средства - невидимый яд? // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 19

Ольга Шишлова.- Открыть протоки! // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 13

Ольга Шишлова.- Коварная посуда из пластика // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 13

»Прострелило» поясницу // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 18

Инна Лесная.- Сидячая работа - не приговор // Секреты здоровья.- 2025.- №16.- с. 9

### В ФОКУСЕ

Елена Аманова.-Жертвы смартфонов // АиФ Здоровье.- 2025.- №15.- с. 4

Татьяна Новикова.-Наколенники после операции Угроза для суставов? // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 26

Надежда Бородина.-Наколенники после операции Угроза для суставов? // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 26

Ирина Лузинова.- Забывчивость или деменция? // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 15

Марина Чаленко.- Сидячая работа - не приговор // Секреты здоровья.- 2025.- №15.- с. 16

### ШКОЛА ДИАБЕТА

Вера Балашенко.- Баня снижает глюкозу // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 22

Александра Андреева.- Диабет и непереносимость глютена // Живу с диабетом.- 2025.- №8.- с. 6

Екатерина Захаренко.- Жуй медленно сахар будет ниже. // Живу с диабетом.- 2025.- №8.- с. 7

Екатерина Захаренко.- Компрессионные чулки - помощь при отеках // Живу с диабетом.- 2025.- №8.- с. 7

Ольга Павлова.- Диабет: 3 главные инсулиновые ошибки // Живу с диабетом.- 2025.- №8.- с. 10-11

Ольга Павлова.- Плавание при СД: путь к здоровью и долголетию // Живу с диабетом.- 2025.- №8.- с. 10

### РАССЛЕДОВАНИЕ

Анна Шатохина.- Проверьте не грозит ли вам деменция // АиФ здоровье.- 2025.- №15.- с. 7

Надежда Ткачева.- Миры о тромбофлебите // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 7

Оксана Черных.- Как наладить отношения.... с собственным кишечником // Секреты здоровья.- 2025.- №15.- с. 8

Инна Лесная.- Полипы: не бояться, но и не расслабляться // Секреты здоровья.- 2025.- №15.- с. 14-15

### НОВЫЕ ПОДХОДЫ

Анастасия Журавлева.- Венозная недостаточность // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 30

3D печать клеток - новый шаг в медицине.

Процедура ReSET - прорыв в лечении диабета.

Успешная трансплантация островковых клеток // Живу с диабетом.- 2025.- №8.- с. 5

Виктор Куприянов.- Параректальный свищ // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 30

Ольга Бельская.- Принимаю НПВС: Что учесть в питании // Секреты здоровья.- 2025.- №15.- с. 26-27

Екатерина Пельменева.- Узи сосудов шеи: успокоит, поможет или даже спасет // Секреты здоровья.- 2025.- №16.- с. 22-23

### ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Юлия Борта.- Три диеты для мозга // АиФ здоровье.- 2025.- №15.- с. 7

Вероника Корнилова.- Отпуск «все включено». // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 12

Екатерина Йенсен.- Топ 5 продуктов для женщин // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 12

Разные авторы.- Цвет настроения синенький // Народный доктор.- 2025.- №15.- с.32

Тамара Толмачева.- Кишечник на отдыхе // Народный доктор.- 2025.- №15.- с.33

Александра Андреева.- Кофе натощак // Живу с диабетом.- 2025.- №8.- с.11

Ольга Павлова.- Кефир блокирует похудение // Живу с диабетом.- 2025.- №8.- с.12

Екатерина Пельменева.- Масло раздора // Секреты здоровья.- 2025.- №15.- с. 18-19

Леонид Мелешко.- Кому полезны разгрузочные дни // Народный доктор.- 2025.- №15.- с.14

Екатерина Пельменева.- Чем больше жуёшь, тем лучше! // Секреты здоровья.- 2025.- №16.- с. 18-19

#### РОДИТЕЛЯМ О ДЕТЯХ

Юлия Тутина.- Пристегнись! // АИФ Здоровье.- 2025.- №15.- с. 8

Алиса Михайлова.- Расти большой! //АИФ Здоровье.- 2025.- №15.- с. 12

Елена Пухова.- Первоклашка я теперь - помогите мне скорей! // Секреты здоровья.- 2025.- №15.- с. 25

Елена Пухова.- Собрались мы за столом, поболтать о том о сём // Секреты здоровья.- 2025.- №16.- с. 25

#### АНАТОМИЯ БОЛЕЗНИ

Ирина Лузинова.- Избавляемся от боли в спине // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 15

Римма Адамович.- Прикорм. Вносим ясность // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 25

Светлана Михайловская.- Кружится голова: первая помощь // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 31

Елена Кидяева.- Сердечные капризы: почему сердце не в ритме? // Секреты здоровья.- 2025.- №15.- с. 10-13

Елена Кидяева.- Чек-Ап: Искусство профилактики // Секреты здоровья.- 2025.- №16.- с. 10-13

Екатерина Пельменева.- Чем больше жуёшь, тем лучше! // Секреты здоровья.- 2025.- №16.- с. 14-15

### ЗЕЛЁНАЯ АПТЕКА

Маргарита Васильчук, Мария Костюченко.- Бабушкины уроки // АИФ Здоровье.- 2025.- №15.- с. 13

Разные авторы . - Аптека на грядке // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 4

Анастасия Иванчикова.- Хрен поднимет на ноги // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 6

Дмитрий Макунин.- Хлебная косметика // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 19

Андрей Заломленко.- Луговые лекари. красный клевер. Чина желтая // Народный доктор.- 2025.- №15.- с. 29

Разные авторы.- 6 причин есть бруснику // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 5

Евгения Хомченко.- Пряный лекарь - базилик // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 5

Ольга Широкова.- Тысячелистник остановил кровь // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 16

Евгения Марченко.- Золотой ус заживляет раны... А лапчатка - язву // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 20

Разные авторы.- «Пьяная ягода» - кормилица // Народный доктор.- 2025.- №16.- с. 32

Инна Лесная.- Клевер Белый - лекарь умелый // Секреты здоровья.- 2025.- №16.- с. 8