

**ГАПОУ “Волгоградский медицинский колледж”
Отдел библиотеки**

**Отдел библиотеки
представляет новые
книги полученные в
замен утерянных
читателями**

Подготовили:

**зав.отделом библиотеки Афанасьева В.Н.
библиограф Аверьянова Н.Н.**





Демичева О.Ю. Сахарный диабет / О.Ю. Демичева.-
Москва : Эксмо, 2018.-160 с.- (Программа
оздоровления нации « Пора лечиться правильно»).-
Текст: непосредственный.

*Книга практикующего врача- эндокринолога для
тех, кто болеет сахарным диабетом, кто
бережет свое здоровье и хочет предотвратить
развитие болезни.*

*Эта книга отвечает на самые частые
вопросы, которые пациенты задают в школе
диабета. Честная информация о причинах и
лечении сахарного диабета изложена
максимально доступно и даст реальную
возможность продлить нормальную жизнь,
если у вас диабет, и снизить риски, чтобы
избежать этой болезни*

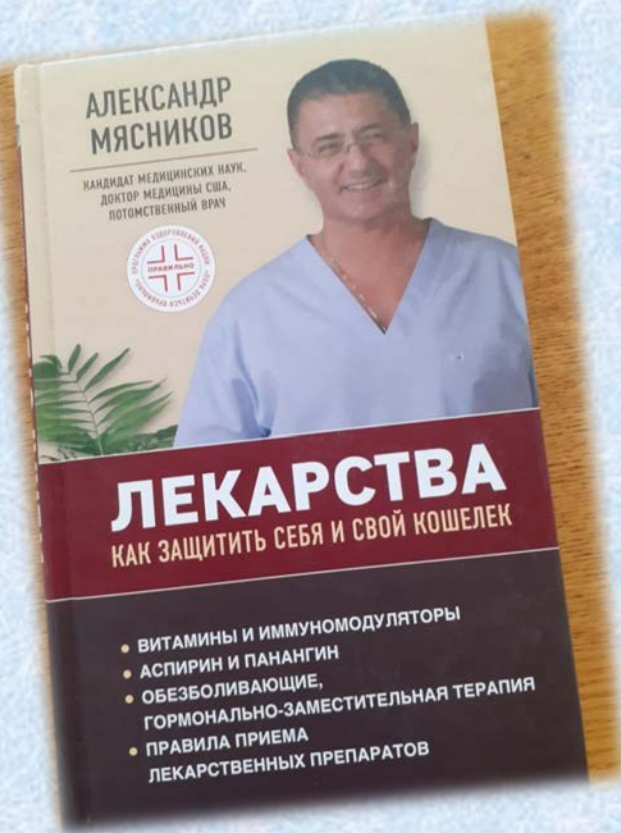
Демичева, О.Ю. Что со мной, доктор? Вся правда о щитовидной железе / О.Ю. Демичева.- Москва: Эксмо, 2018.- 160 с.- (Программа оздоровления нации « Пора лечиться правильно»).- Текст: непосредственный.

Что такое щитовидная железа, какие гормоны она вырабатывает, какова ее функция в организме и какие нарушения могут возникнуть в ее работе.



«Коварство заболеваний щитовидной железы в том, что они могут проявляться самыми неожиданными симптомами. Если даже вы не знаете, где находится щитовидная железа, обязательно прочитайте эту книгу. Она сохранит здоровье вам и вашим близким».

Доктор Антон Родионов



Мясников А.Л. Лекарства. Как защитить себя и свой кошелек / А.Л. Мясников.- Москва : Эксмо, 2018.- 160 с.- (Программа оздоровления нации « Пора лечиться правильно»).- Текст: непосредственный.

Авторитетный врач делится информацией о том, какие лекарства нам действительно нужны, какие опасны для употребления, а какими можно пользоваться время от времени. Дан перечень препаратов, эффективность которых не доказана.

Лекарства –это то,
чего мы боимся и без
чего не можем жить.

Родионов К.В. Инсульт : до и после / К.В. Родионов.- Москва : Эксмо, 2018.- 160 с.- (Программа оздоровления нации « Пора лечиться правильно»).- Текст: непосредственный.

Доктор предупреждает : при инсульте счет идет на минуты, а жизнь и здоровье человека зависит от помощи его близких и врачей в ближайшие часы и дни. Как самому распознать инсульт. Инсульт легче предотвратить, чем лечить. Как повлиять на факторы риска.



Книга доктора Кирилла Родионова отражает самые современные представления о лечении и профилактике инсульта. Если с вами или вашими близкими произошла беда или если вы хотите оградить себя от сосудистой катастрофы, прочтите эту книгу.

Доктор Антон Родионов



Зубкова О.А. Обнаженные гормоны. Курс пробуждения гармонии здоровья и тела / О.А. Зубкова.- Москва : Эксмо, 2019.- 320 с.- Текст: непосредственный.

Автор популярной программы оздоровления и омоложения « Женский ДетоОКС» приглашает пройти женский путь любви к своим гормона, путь гормонального баланса женского здоровья от самой природы, избавление от кист, ПМС, перепадов настроения, возвращение стройности и привлекательности.

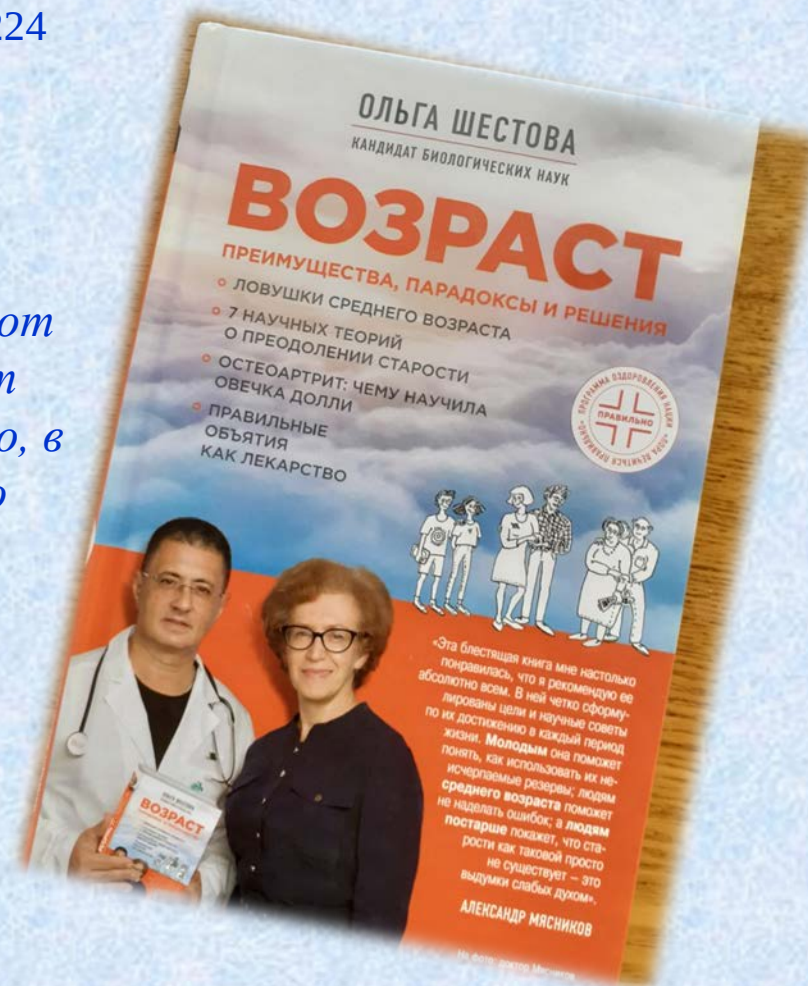
«Вдруг понимаешь, что ты слышишь свои настоящие потребности. Начинаешь выстраивать свою систему питания и ухода за телом на основании полученных знаний»

Шестова О.Л. Возраст: преимущества, парадоксы и решения / О.Л. Шестова.- Москва: Эксмо,2018.- 224 с. – Текст: непосредственный.

Парадоксы возраста - так называют явление, когда с каждым прожитым годом человек получает все больше удовольствия от жизни. Ограничивающим фактором может стать здоровье. Чтобы этого не произошло, в каждом возрасте нужны свои меры по его укреплению и восстановлению.

*Вопреки устаревшим стереотипам после 50 наступает самое
счастливое время в нашей жизни.*

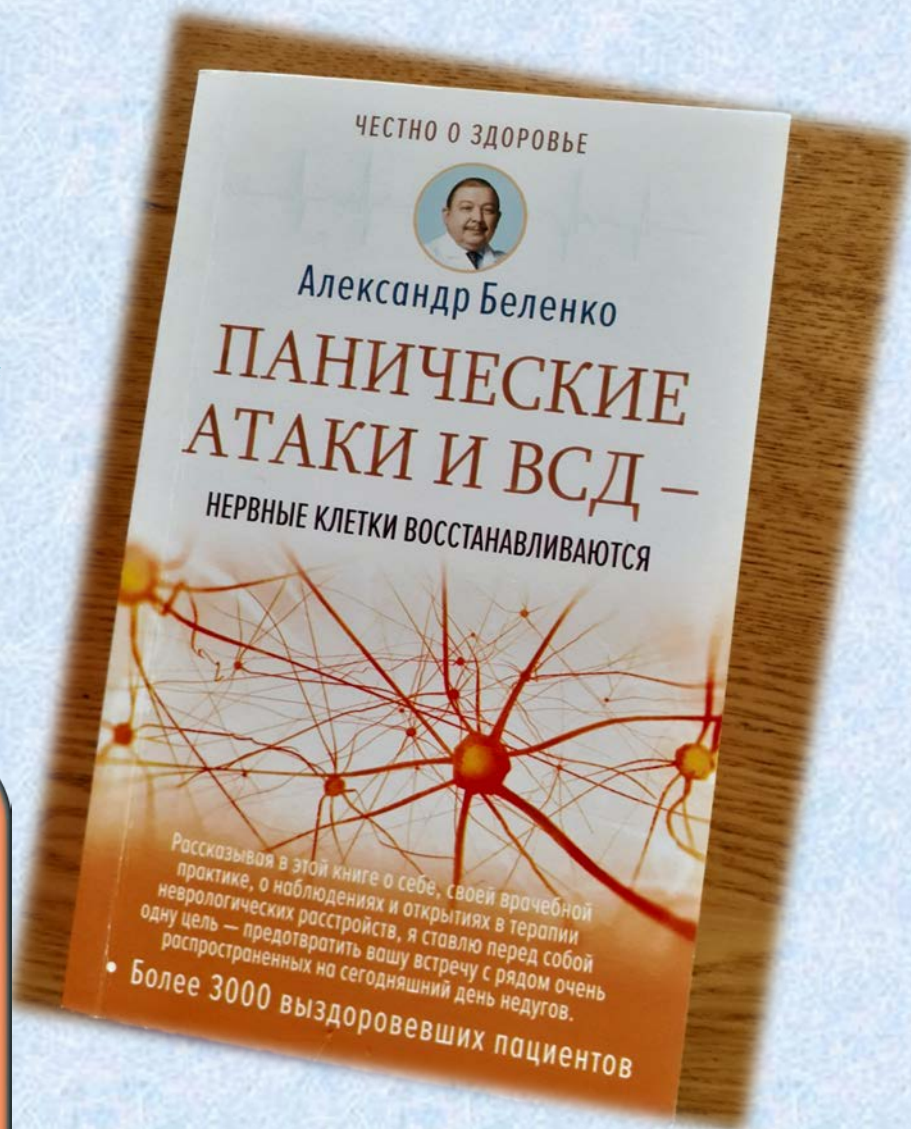
Владимир Яковлев

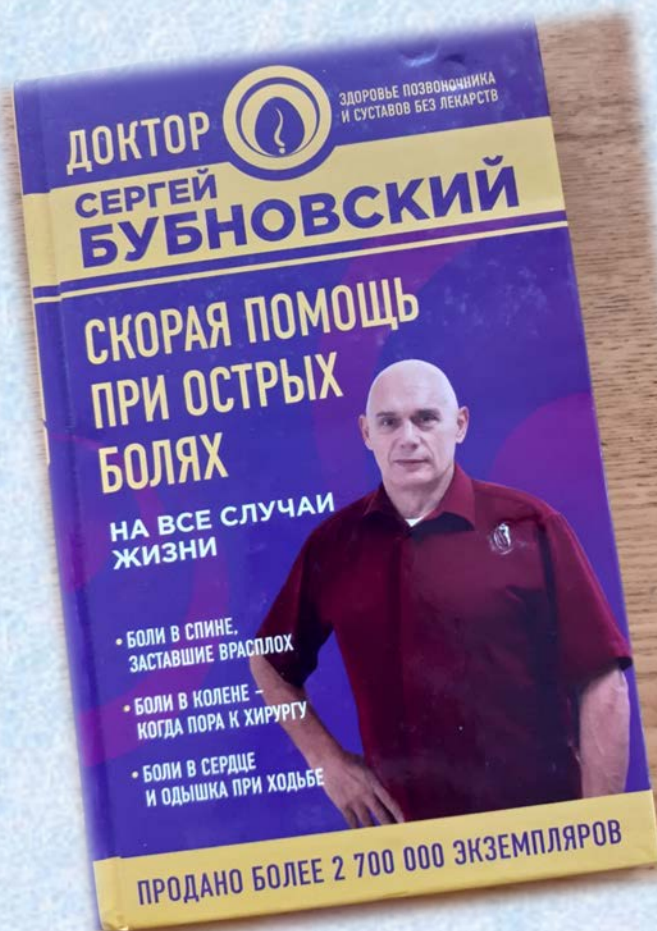


Беленко, А. Панические атаки и ВСД – нервные клетки восстанавливаются / А. Беленко.- Москва: Издательство АСТ, 2019.- 320 с.- (Честно о здоровье).- Текст: непосредственный.

Доктор Беленко рассказывает о себе, своей врачебной практике, о наблюдениях и открытиях в терапии неврологических расстройств, а также о людях страдающих остеохондрозом, метеочувствительностью, головной болью, синдромом хронической усталости.

Сегодня эта болезнь имеет семь разных названий: вегетососудистая дистония (ВСД), психовегетативный синдром,нейроцикулярная дистония, вегетативная дистония,панические атаки, вегетативные кризы,соматоформная дисфункция вегетативной нервной системы





Бубновский С.М. Скорая помощь при острых болях. На все случаи жизни / С.М. Бубновский.- Москва: Эксмо, 2018.- 192с.- Текст: непосредственный.

Как своими силами без лекарств и хирургических вмешательств снять следующие боли: головные, мышечные, в тазобедренном суставе, в колене и икроножных мышцах, как быстро облегчить свое состояние в экстренных случаях, не дожидаясь прихода врача.

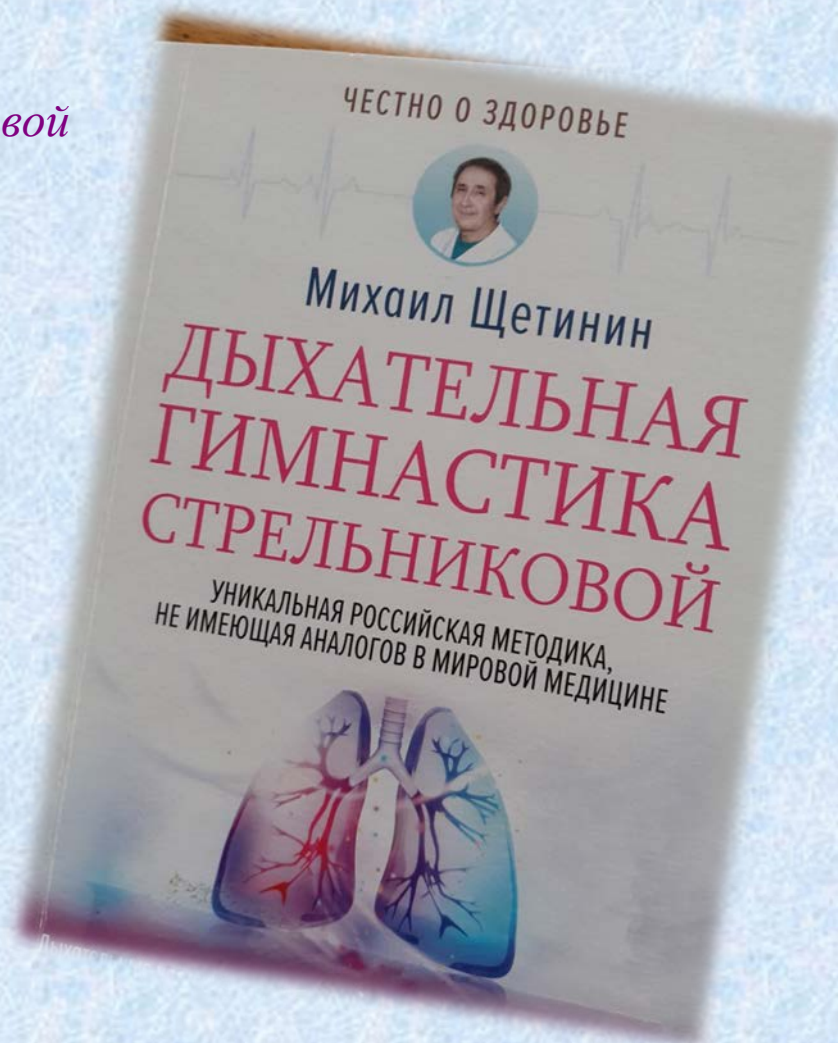
«Скорая помощь» необходима только в самых экстренных случаях – тогда, когда надо спасти жизнь. Но нельзя забывать, что у всех обезболивающих средств и приемов «скорой» помощи есть серьезные побочные эффекты, которые в будущем могут разрушить здоровье и даже привести к инвалидности.

Щетинин М.Н. Методика дыхания Стрельниковой /
М.Н. Щетинин.- Москва: Издательство АСТ, 2019.-
256 с.- Текст: непосредственный.

*Дыхательные упражнения. А.Н. Стрельниковой
обладают широким спектром лечебного
воздействия на весь организм, повышают
иммунитет и оздоравливают психику.
Гимнастика доступна взрослым и детям.*

*«Наша гимнастика является абсолютно
самостоятельной лечебной системой. Ёе не
следует совмещать ни с какими другими
оздоровительными методиками. Если автор
другого метода подкрепляет свою систему
Стрельниковскими упражнениями, - значит
его «творение» либо малоэффективно, либо
вообще бесполезно!...»*

А.Н. Стрельникова





Ермакова Н.Ю. Новейший справочник по массажу / Н.Ю. Ермакова.- Москва: ООО Дом Славянской книги, 2019.- 768 с.- Текст: непосредственный.

Массаж относится к медицинскому средству исцеления от различных болезней. Вы узнаете какие существуют методы массажа, о его полезном воздействии массажа на организм человека .

Как освоить массаж? Это просто и доступно. Прочитав книгу, вы узнаете о нем многое, в том числе историю его возникновения . Эта книга поможет вам в практическом освоении массажа.



Помрой, Х. Формируем пищевые привычки для здоровья / Х. Помрой, И. Адамсон.- Москва: Эксмо, 2019.- 480 с.- Текст: непосредственный.

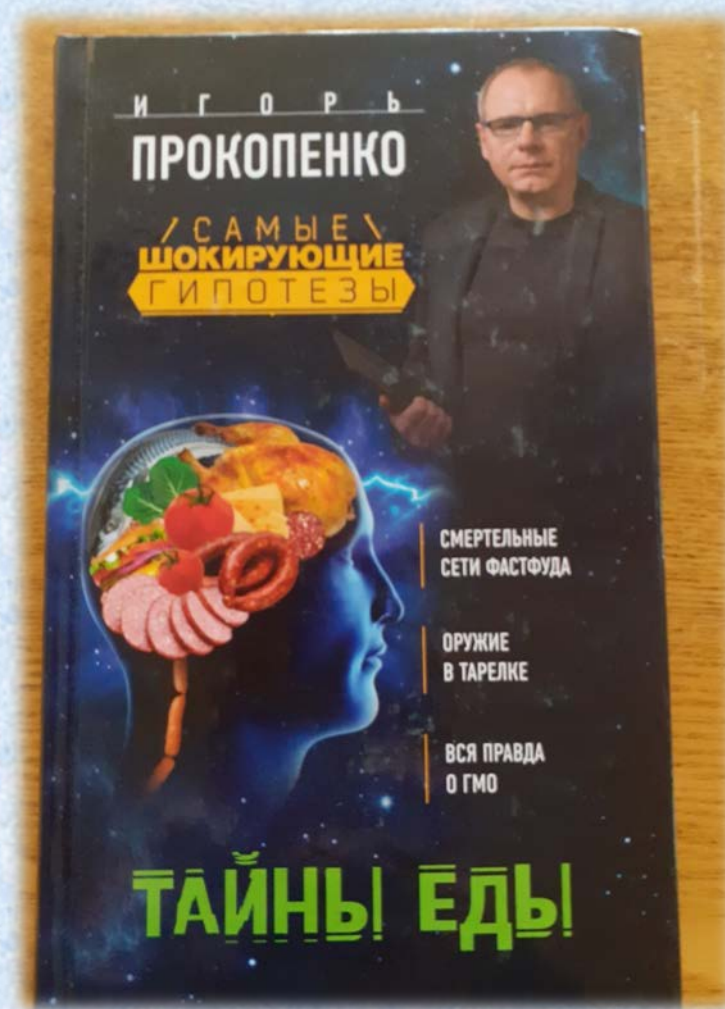
Если вы хотите чувствовать себя великолепно, меньше болеть, избавиться от лишних килограммов, продлить жизнь и молодость, то пищевые привычки необходимо изменить.
Диетолог звезд Голливуда дает четкий план правильного питания.

Еда может сделать для вас невероятные вещи. Но тело должно уметь правильно ею пользоваться, чтобы все защитные и целительные вещества действительно работали!

Прокопенко И. Тайны еды / И. Прокопенко.-
Москва: Эксмо, 2018.- 192 с.- Текст:
непосредственный.

Человек устроен так, что не может не принимать пищу. Но его право получать доскональную информацию о тех продуктах, которые он потребляет. Сможет ли человечество перейти на «правильную» искусственную еду и как это отразится на организме.

Не секрет, что многих из нас не устраивает качество той продукции, которую предлагают магазины и супермаркеты. Можно ли вообще уберечься от продуктовых подделок и суррогатов?





Рубин Г. Хорошие привычки, плохие привычки. Как перестать быть заложником плохих привычек и заменить их хорошими / Г. Рубин.- Москва: Эксмо, 2019.- 448 с.- Текст: непосредственный.

Меняйте привычки, чтобы изменить жизнь. Потому что привычки- это наша судьба. Почему нам трудно усваивать хорошие привычки и избавляться от плохих: руководство для тех, кто стремится к переменам

То, что мы делаем каждый день, важнее того, что мы делаем периодически!

Всех заинтересованных в
ознакомлении с новинками
ждем в отделе библиотеки
колледжа!

Рекомендуем прочитать данные
книги для вашего здоровья.