



**Централізована бібліотечна система
Деснянського району м. Києва
Бібліотека ім. В. Кучера**



Кроки до довголіття”
(зціли себе сам)

Поточний бібліографічний список
(І півріччя 2013р)

Київ, 2013

У поточному бібліографічному списку « **Кроки до довголіття**» користувачі знайдуть відповіді на хвилюючі їх питання стосовно здоров'я, методів його закріплення та профілактики захворювань організму.

Мета бібліографічного списку — донести до кожного користувача важливість збереження свого здоров'я.

Пропонований список включає 37 назв статей з періодичних видань, що надійшли до фондів бібліотеки в першій половині 2013 року.

Матеріал в списку згруповано за рубриками, в середині рубрики за алфавітом прізвищ авторів.

Бібліографічний список розраховано на широке коло читачів.

Складач і комп'ютерна верстка:
Кучеренко А.В.

Редакція: Вергун В.П.

Захворювання серцево-судинної системи

Ерасова, И. И. Помогли витаминные смеси : [восстановление после инфаркта] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 31 янв. (№ 2). - С. 33.

Ерасова, И. И. Стала меньше принимать таблеток : [болезни сердца] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 34.

Лукичева, Л. Д. Луковая шелуха и лечебное дыхание : [гипертония, атеросклероз, инсульт] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 30 апр. (№ 8). - С. 43.

Минина, Татьяна. Трансплантация: вторая жизнь : [автор рассказывает об открытии XX ст. - пересадке сердца] // Здоровье. - 2013. - № 4. - С. 68-69.

Перцов, Сергей. Тренировка главной мышцы : [беседа о кардиотренинге с кандидатом наук по физ. воспитанию Сергеем Перцовым] / Сергей Перцов, Юлия Стародуб ; записала Юлия Стародуб // Женский журнал "Здоровье". - 2013. - № 3. - С. 84-86.

Пилипчук, Лариса. Молодое сердце - слабое? : [беседа с кардиологом Ларисой Пилипчук о развитии сердечно-сосуд. системы у подростков] / Лариса Пилипчук, Елена Бойко ; записала Елена Бойко // Женский журнал "Здоровье". - 2013. - № 5. - С. 64.

Русяева, Л. И. Пью чай из луковой шелухи : [гипертония, укрепление волос] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 14 март. (№ 5). - С. 35.

Серов, В. В. Хмель - батюшка : [сердечная недостаточность, головные боли] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 36-37.

Щукин, Сергей. Зачем нам сеточка без колготок? : [беседа с сосудистым хирургом высшей катег. Сергеем Щукиным о варикозном расширении вен] / С. Щукин,

Любовь Наточий ; записала Любовь Наточий // Женский журнал "Здоровье". - 2013. - № 4. - С. 48-49.

Хвороби внутрішніх органів

Быкова, Е. Н. Все остались довольны : [панкреатит, эрозия желудка, язва желудка] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 29 март. (№ 6). - С. 38.

Верхова, З. Н. Спасалась настоем шиповника : [холецистит] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 14 апр. (№ 7). - С. 34.

Зеленина, Л. В. У меня растет настурция : [песок в почках, ревматизм] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 34.

Козлова, Г. Н. Про молочную сыворотку : [болезни ЖКТ и суставов] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 30 апр. (№ 8). - С. 44.

Крылов, А. В. Ногу спас одуванчик : [трофическая язва] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 29 март. (№ 6). - С. 39.

Крылова, Н. А. Лекарь с лесной дороги : [язва желудка и 12-перстной кишки] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 14 март. (№ 5). - С. 33-34.

Могильникова, Л. Ф. Вершки и корешки : [камни в почках] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 30 апр. (№ 8). - С. 42-43.

Новикова, Г. И. Пила настои и соблюдала диету : [язвенный колит] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 14 апр. (№ 7). - С. 35-36.

Стрельцова, Р. Я. Если б не березовые почки... : [язва желудка] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 37.

Черкашина, Л. И. Мамин элексир : [язва желудка] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 37.

Дерматологічні захворювання

Акуленко, Н. Д. Травы для скорой помощи : [раны, диарея, фурункулы] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 31 янв. (№ 2). - С. 34-35.

Ардеева, А. Н. Лук недугу враг : [ногтевой грибок] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 31 янв. (№ 2). - С. 32.

Бархатова, В. М. Ладони очистил чистотел : [экзема] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 14 март. (№ 5). - С. 32

Бубнева, З. И. Картошка "съела" бородавку : [опоясывающий лишай, бородавки] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 31 янв. (№ 2). - С. 32.

Мосин, В. А. Помогли крапива и деготь : [сыпь, фурункулы] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 35.

Потапенко, Л. П. И снова о березовой золе : [опоясывающий лишай] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 14 март. (№ 5). - С. 32.

Раков, Г. Н. Снимет корочку лимон : [пигментные пятна] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 30 мая (№ 10). - С. 35.

Смирнова, Г. Н. Помогут индийский лук и хозяйственное мыло : [ячмень, боль в суставах, фурункулы] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 14 апр. (№ 7). - С. 36.

Тимофеева, Т. И. Хватило трех процедур : [геморрой, дерматит] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 31 янв. (№ 2). - С. 34.

Толстых, В. Н. Выручила костяника : [бородавки] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 14 апр. (№ 7). - С. 37.

Зміцнення організму та імунної системи

Бурлакова, Л. В. Уже 6 лет не болею : [уклепление иммунитета] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 30 мая (№ 10). - С. 34.

Певцов, В. Г. Такая вот болтушка : [очищение организма] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 35-36.

Пилипчук, Лариса. Таблетка для иммунитета : [беседа с терапевтом Ларисой Пилипчук об иммуностимулирующих средствах] / Л. Пилипчук, Е. Бойко ; записала Елена Бойко// Женский журнал "Здоровье". - 2013. - № 3. - С. 43.

Семенова, Н. М. Прогоняет тоску, просветляет душу : [депрессия, бессонница] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 31 янв. (№ 2). - С. 35.

Синицкая, Мирослава. Морская фигура : [беседа с тренером по аквафитнесу Мирославой Синицкой о волшебных свойствах воды] / М. Синицкая, М. Тецюк ; записала Мария Тецюк // Женский журнал "Здоровье". - 2013. - № 6. - С. 86-89.

Твердохлебова, К. Н. Цитрусовое снадобье : [повышение иммунитета] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 36.

Харит, Сусанна. Искусственный иммунитет : [беседа с врачом инфекционных заболеваний Сусанной Харит о пользе вакцинации] / С. Харит, Е. Натыкина; записала Елена Натыкина// Здоровье. - 2013. - № 5. - С. 60-62.

Шарапова, Н. М. Про лопух и березу : [очищение организма, полиартрит] // Здоровый образ жизни в Украине. - 2013. - 19 мая (№ 9). - С. 36.