

*Государственное бюджетное учреждение культуры
Республики Крым
«Крымская республиканская универсальная научная библиотека
им. И. Я. Франко»*

Отдел «Универсальный читальный зал»

*Медицина для всех
Виртуальный обзор книжных новинок*

Борщенко И. А. Болит спина: что делать : система «живая осанка» / Игорь Борщенко. – Москва : АСТ, 2021. – 222 с. : ил. – (Авторские методики: психология и здоровье). – ISBN 978-5-17-094165-0.

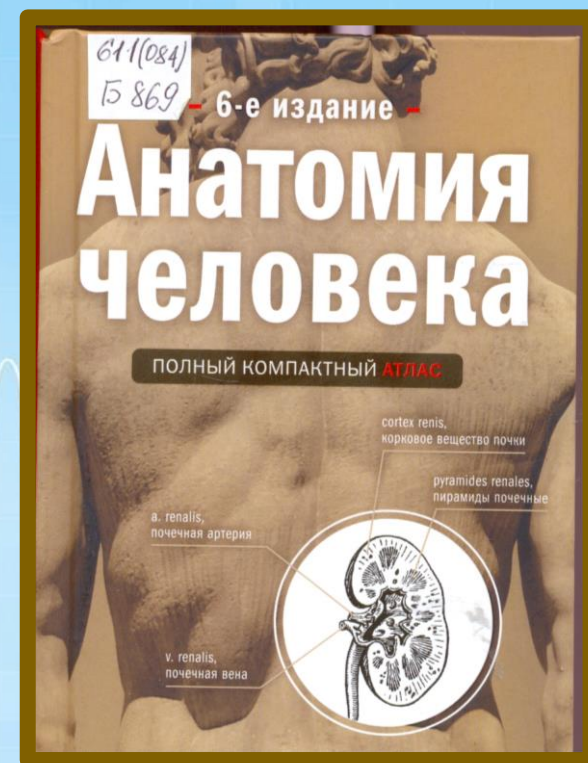
Попробуйте в течение пяти минут походить по комнате, чуть наклонившись вбок. Уже через минуту вы почувствуете боль не только в пояснице, но и в шее, позже появится и головная боль. А ведь многие люди подобным образом ходят всю жизнь, не отдавая себе отчета в том, что незначительные изменения осанки могут привести к самым разным хроническим заболеваниям! Головные боли и боли в позвоночнике, вегетососудистая дистония, остеохондроз, грыжи межпозвоночных дисков – вот далеко не полный перечень недугов, вызванных неправильным положением тела. Вывод очевиден: надо исправлять осанку. В этой книге известного специалиста в области лечения заболеваний позвоночника Игоря Борщенко опубликован его уникальный курс постановки осанки в любом возрасте.

Аннотация издательства



Боянович Ю. В. Анатомия человека : полный компактный атлас / Ю. В. Боянович. – 6-е изд. – Москва : Эксмо, 2022. – 735 с. : ил. – (Медицинский атлас). – На пер. авт. не указан. – ISBN 978-5-699-87494-1.

«Анатомия человека: полный компактный атлас» – надежный справочник, по которому просто учить анатомию: в книге наглядно и с объяснениями показаны все системы и органы человека. Есть удобная навигация по главам на обреше и специальный словарь-указатель с комментариями и ссылками на соответствующие анатомические структуры. Терминология, используемая в атласе, содержит и последнюю версию Nomina Anatomica, и предыдущие, принятые в анатомической практике названия. Кроме того, в издание впервые даны пробные страницы для закрашивания (см. комментарии на обороте обложки), которые упростят изучение анатомии. Издание поможет подготовиться к экзамену по анатомии студентам медицинских вузов и биологических факультетов немедицинских вузов, а также абитуриентам и школьникам. И будет полезно тем, кто, не имея медицинского образования, хочет разобраться в анатомии человека, чтобы лучше понимать врача в поликлинике и надежнее заботиться о своем здоровье и здоровье своих близких.



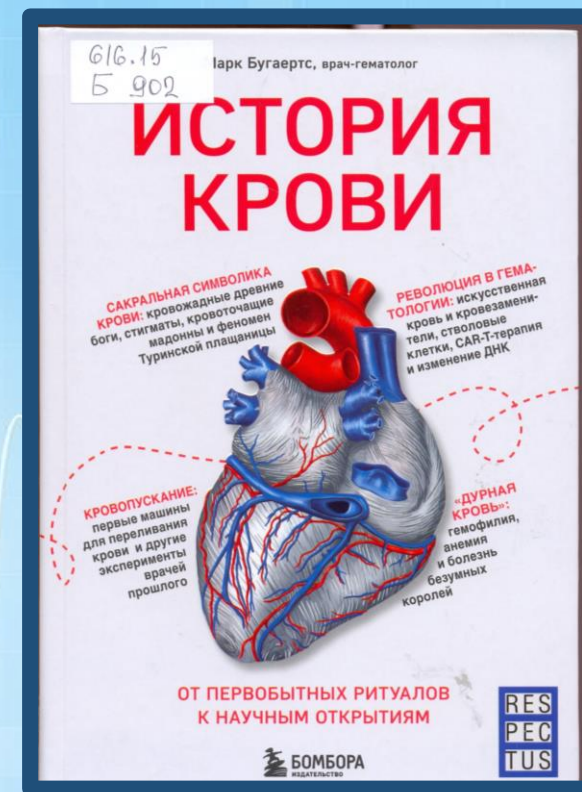
Аннотация издательства

Бугаертс Марк. История крови : от первобытных ритуалов к научным открытиям / Марк Бугаертс ; перевод с нидерландского А. В. Селезневой. – Москва : БОМБОРА : Эксмо, 2022. – 463 с., [8] л. цв. ил. – (Respectus. Путешествие к современной медицине). – Библиогр.: с. 460-461. – ISBN 978-5-04-155183-4.

От первобытных людей до современных исследователей – всех так или иначе привлекает кровь: ее символика, сакральность, опасность, сила или скрытые возможности. Всего одна капля может содержать в себе огромное количество информации.

Кровь продолжает хранить свои сокровенные тайны по сей день, и этого достаточно, чтобы вдохновлять, заинтересовывать и очаровывать. Марк Бугаертс, гематолог и специалист по крови, раскроет желающим ее секреты: как кровь связана с религией? Как люди истязали себя ради святости? Какие смерти известных личностей на самом деле таинственней, чем принято говорить? Что за жуткие эксперименты и опыты проводили ученые в разные века? Какие кровавые теории стоили людям жизни? Почему история переливания и донорства не так проста, как кажется? Какие секреты хранит кровь королевских семей? Может ли кровь стать источником вечной молодости? Как гематологические исследования развиваются сегодня?

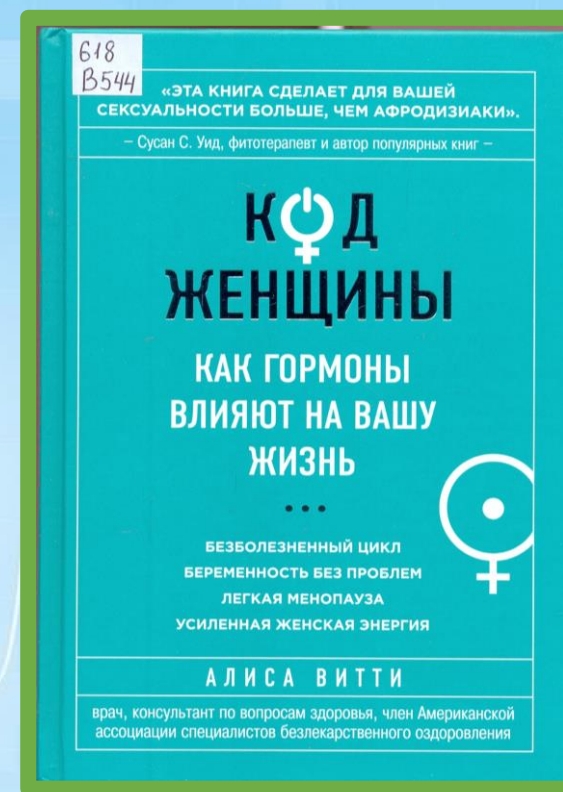
Десятки вопросов, сотни загадок, тысячи фактов – все в этой книге.



Аннотация издательства

Витти Алиса. Код женщины : как гормоны влияют на вашу жизнь / Алиса Витти ; [перевод с английского И. А. Крохалевой]. – Москва : Эксмо, 2023. – 348 с. : ил. – ISBN 978-5-699-68119-8.

Автор этой книги – Алиса Витти, врач, консультант по вопросам здоровья, – страдала от синдрома поликистоза яичников. Сегодня этот диагноз ставят каждой девятой женщине, и медицина может только уменьшить симптомы. Алисе удалось победить болезнь самостоятельно, и теперь она готова помочь другим женщинам. У ее метода есть множество плюсов: с его помощью любая женщина улучшит фертильность, усилит сексуальность, справится с гормональными бурями и приливами, наладит свой цикл, забудет о болезненных менструациях. В книге приводится план питания, учитывающий фазы цикла, даны советы, какая тренировка эффективнее и чем заняться в эти фазы (от уборки до просьбы о повышении на работе). Вы будете жить и действовать согласно гормонам, сможете забеременеть, когда этого захотите. Вы наконец-то будете жить максимально полной жизнью.



Аннотация издательства

Гринкер, Рой Ричард. Мы все ненормальные : история стереотипов психических заболеваний / Рой Ричард Гринкер ; перевод с английского Сергей Черников. – Санкт-Петербург : Портал, 2021. – 543 с. – (ПроНаука). – Библиогр. в подстроч. примеч. – ISBN 978-5-907241-61-9.

На протяжении веков люди, страдающие психическими расстройствами, вызвали неприятие, страх, отвращение и пренебрежение. Они не только страдали от самой болезни, но и становились изгоями, запертыми в стенах лечебниц и приютов. Стигматизация психических заболеваний стала неотъемлемой частью мировой истории. В разных странах и культурах ученые и общество выносили моральный приговор душевнобольным, считали их угрозой для окружающих и изолировали от внешнего мира. Профессор Гринкер старается развенчать эти стереотипы. Достижения его деда и прадеда в области психиатрии, опыт общения с дочерью, живущей с аутизмом, и его собственные исследования нейроразнообразия переворачивают наше отношение к психическим расстройствам, которые трансформируются параллельно с эволюцией человечества.

В двадцать первом веке многие отклонения и особенности психики больше не считаются приговором и лишь подчеркивают индивидуальность личности.

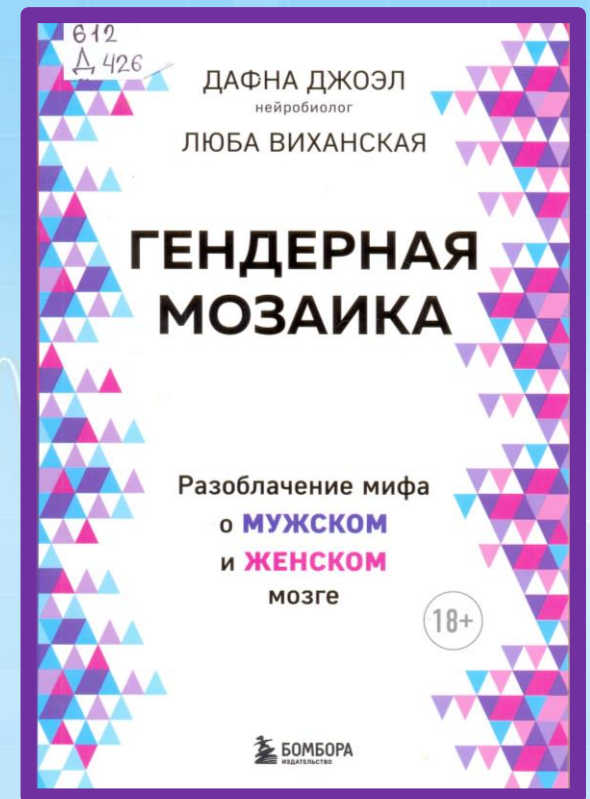


Аннотация издательства

Джоэл Дафна. Гендерная мозаика : разоблачение мифа о мужском и женском мозге / Дафна Джоэл, Люба Виханская ; перевод с английского Е. Бирюзовой. – Москва : БОМБОРА: Эксмо, 2022. – 235 с. – Библиогр.: с. 231-235. – ISBN 978-5-04-110858-8.

Существует ли мужской и женский мозг? А исключительно «мужские» и «женские» черты? Какую роли играет гендер в нашей жизни и почему мы ведем себя именно так, а не иначе? Каким образом стереотипы ограничивают нас и наших детей в развитии, а также навязывают роли? Дафна Джоэл, нейробиолог из Израиля, последовательница нейрофеминизма, дает ответы на эти вопросы. За годы исследований она изучила тысячи МРТ человеческого мозга, консультировалась с ведущими нейробиологами, что позволило ей развить и описать концепцию гендерной мозаике, согласно которой, мозг каждого человека обладает характеристиками, приписываемые обществом мужскому или женскому гендеру.

Эта книга написана в соавторстве с Любой Виханской, которая помогла сделать этот текст доступным и понятным для всех, кто интересуется вопросами половых различий и проблемами гендерного неравенства.

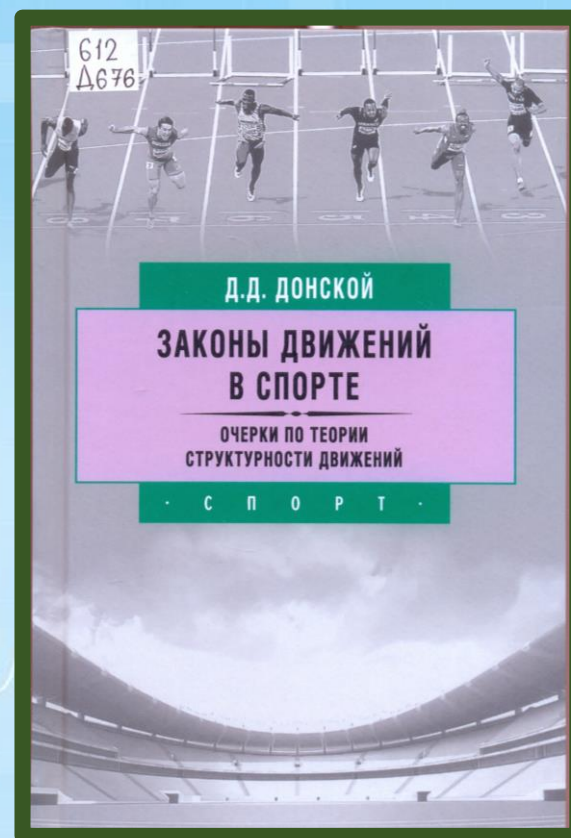


Аннотация издательства

Донской Д. Д. Законы движений в спорте : очерки по теории структурности движений / Д. Д. Донской. – 3-е изд. стереотипное – Москва : Спорт, 2023. – 175 с. : ил. – Библиогр.: с. 165-174. – ISBN 978-5-907601-24-6.

В книге рассказывается о том, как сложны движения человека, особенно в спорте. Сотни движений в суставах тела спортсмена соединяются воедино, непрерывно изменяются и приводят к поразительному результату - рекорду. Что же объединяет множество движений в целостное действие? Как происходит управление движениями в кратчайшие мгновения? Что приводит к наилучшим достижениям в сложной, быстроменяющейся обстановке соревновательной борьбы? Насколько могут проявляться индивидуальные особенности спортсмена в его технике? Наконец, как овладеть спортивной техникой и ее совершенствовать; по каким законам идет развитие технического мастерства?

На эти вопросы автор попытался ответить в ряде очерков этой книги, излагающей основы теории структурности движений. Законы движений в свете этой теории представляют собою дальнейшее развитие биомеханики - науки о движениях, использующей физику, физиологию и кибернетику в их современном развитии.



Каган В. Е. Аутята : родителям об аутизме / Виктор Каган. – Москва ; Санкт-Петербург ; Минск : Питер, 2022. – 160 с. : ил. – (Родителям о детях). – ISBN 978-5-4461-1812-0.

Книга построена как живой разговор об аутизме и помощи младшим детям в преодолении связанных с ним трудностей. Текст обращен к родителям - они основные помощники ребенка, помогающий мост между ним и миром, равноправные члены команды работающих с ребенком специалистов. Как пережить встречу с аутичностью ребенка и связанные с этим изменения в жизни? Как чувствовать и понимать происходящее с ребенком, чтобы это помогало жизни с ним и его развитию? Как строить помощь ребенку и быть его эффективным помощником? Как сохранять себя в этом долговременном и нелегком деле? Чего ждать от помощи? Как готовить ребенка к самостоятельной жизни?

Аннотация издательства



Канг Лидия. Нулевой пациент : нестрашная история самых страшных болезней в мире / Лидия Канг, Нэйт Педерсен ; перевод с английского Дарьи Юрьиной. – Москва : Лайвбук, 2023. – 494 с. : ил. – Библиогр.: с. 439-469. – ISBN 978-5-907428-83-6.

Правда ли, что Христофор Колумб завез новую разновидность сифилиса в Европу? Что общего у ребенка супругов Льюисов и одиннадцатого президента США? Связаны ли туберкулез и вампиры? Книга Лидии Канг и Нэйта Педерсена – увлекательная иллюстрированная история эпидемий инфекционных заболеваний: как они появляются, как распространяются, что позволяет их диагностировать, и как мы спешим уничтожить их, прежде чем они уничтожат нас.

Чума, оспа, проказа, тиф, бешенство, корь, сибирская язва, гепатит, лихорадка Эбола, ВИЧ, коронавирус – насколько успешно человечество справляется с этими болезнями и есть ли шансы победить их раз и навсегда?

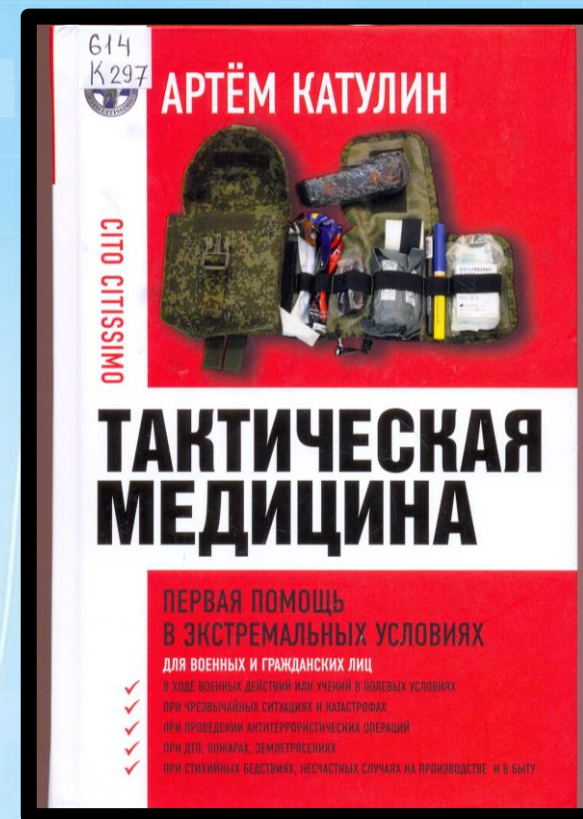
Аннотация издательства



Катулин А. Н. Тактическая медицина : первая помощь в экстремальных условиях для военных и гражданских лиц / А. Н. Катулин. – Москва : АСТ, 2023. – 220 с. : цв. ил. – Библиогр.: с. 216-217. – ISBN 978-5-17-154633-35.

Артём Николаевич Катулин – врач, кандидат медицинских наук, ветеран боевых действий. Один из идеологов и основоположников тактической медицины в России. Основатель УЦТМ. Создатель авторских методик по обучению первой помощи и тактической медицине. Современные реалии в очередной раз доказывают нам, что владение базовыми навыками первой помощи актуально и востребовано вне зависимости от вашей сферы деятельности и увлечений. Непредвиденные ситуации преследуют нас каждый день — дома, на работе, учебе, службе, в любом общественном месте. И не всегда рядом с вами окажется высококлассный специалист-спасатель. Хотите стать таким специалистом самостоятельно? Перед вами книга, посвященная базовым навыкам оказания первой помощи. Благодаря ей вы сможете: не стать жертвой ЧС; собрать тревожный чемоданчик; оказать помощь пострадавшему до приезда скорой, не упустив драгоценных минут; получить теоретические знания в области тактической медицины в простой и доступной форме. Сегодня каждый должен уметь оказать первую помощь. Должен не бояться взять на себя ответственность в той или иной ситуации. По статистике, 60% раненых умирает от кровотечений.

Аннотация издательства



Котов М. А. Правда о раке : все, что нужно знать о причинах, диагностике и лечении / Максим Котов. – Москва : Эксмо, 2023. – 206 с. – (Рак победим). – Библиогр.: с. 203. – ISBN 978-5-04-111222-6.

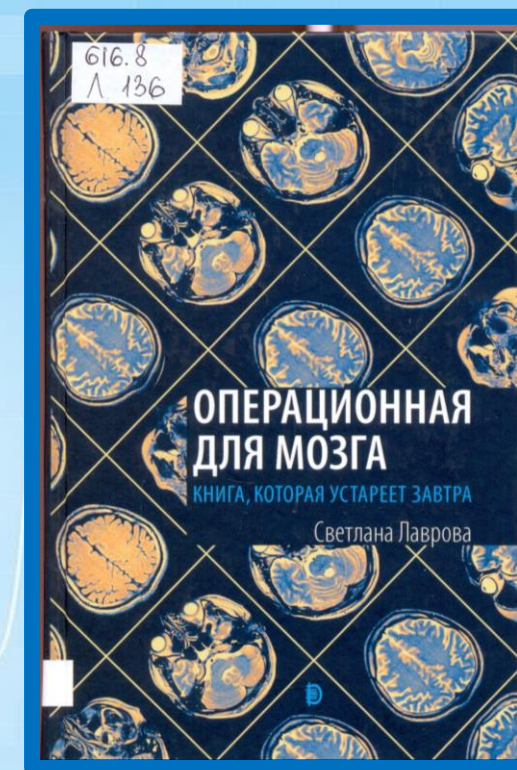
Вокруг рака существует множество заблуждений, которые только сбивают с толку и даже мешают терапии. Но чем больше мы знаем, что действительно провоцирует рак, на какие тревожные звоночки стоит обращать внимание и как часто надо проходить обследование, тем выше вероятность защититься от болезни. Эта книга разрушает сложившиеся мифы о причинах, диагностике и лечении рака. Она снабдит проверенными знаниями и поддержит тех, кто столкнулся с онкологическим заболеванием.



Аннотация издательства

Лаврова С. А. Операционная для мозга : книга, которая устареет завтра / Светлана Лаврова. – Москва : Дискурс, 2022. – 315 с. : ил. – (Просто наука). – ISBN 978-5-907418-14-1.

В нейрохирургии все меняется очень быстро, но людям уже сегодня нужно знать, например, что опухоль головного мозга не приговор, что онкологию побеждают. И если в общих чертах читатель знаком с работой хирурга (наркоз, инструментарий, трепанация и т. д.), то такое важное звено хирургии, как интраоперационный нейрофизиологический мониторинг, остается неосвещенным в популярной литературе. Автор, которая занимается интраоперационным мониторингом уже 20 лет, рассказывает об этой захватывающе интересной работе, а также знакомит с некоторыми общими моментами нейрохирургии. Чем отличается наркоз при операциях на мозге от наркоза при других операциях? Нужна ли операция Жанне Д'Арк? Как делали трепанацию в каменном веке, и почему она была модна в Средние века? Какие инструменты используются в сегодняшней операционной? На эти и многие другие вопросы ответит эта книга.

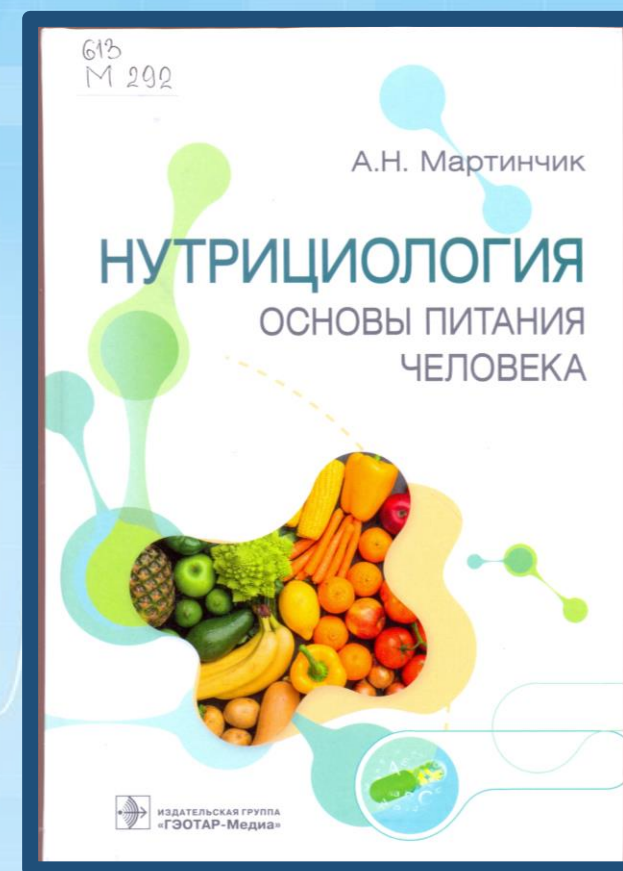


Аннотация издательства

Мартинчик А. Н. Нутрициология : основы питания человека / А. Н. Мартинчик. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2023. – 498 с. : табл. – Библиогр.: с. 492-493. – ISBN 978-5-9704-7782-3.

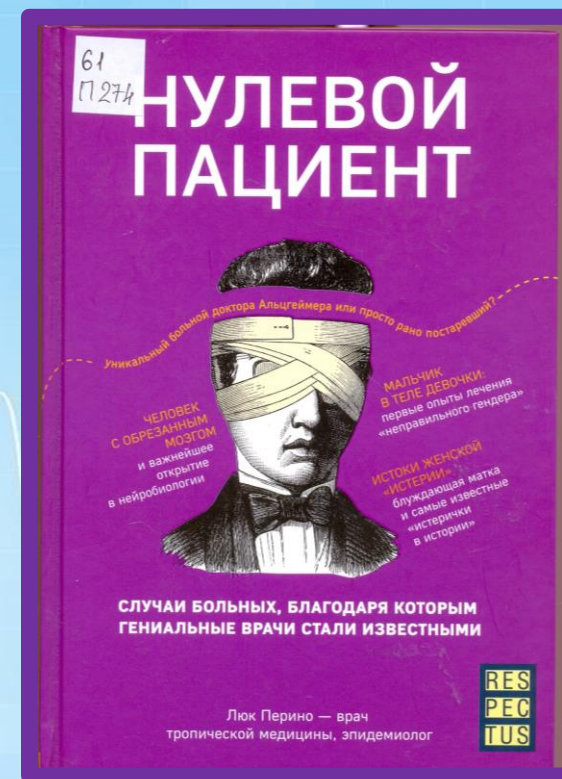
В издании представлены основные разделы науки о питании человека – нутрициологии. Систематизированы ключевые положения, проанализированы сведения о пище и пищевых веществах, процессах их потребления, усвоения, метаболизма, утилизации и выведения, а также факторы, влияющие на потребление и выбор пищи человеком. Впервые в отечественной литературе изложены основы эпидемиологии питания. Как отрасль нутрициологии, эпидемиология питания изучает количественные взаимосвязи характера питания с состоянием здоровья, рассматривает питание как фактор риска и как средство профилактики основных хронических неинфекционных заболеваний современного человека.

Аннотация издательства



Перино Люк. Нулевой пациент : случаи больных, благодаря которым гениальные врачи стали известными / Люк Перино ; перевод с французского Д. В. Бондаревского. – Москва : БОМБОРА : Эксмо, 2021. – 205 с. – (Respectus. Путешествие к современной медицине). – ISBN 978-5-04-120551-5.

Говоря об истории медицины и открытиях, которые позволили успешно лечить болезни, мы всегда вспоминаем имена гениальных врачей и ученых. Но забываем о тех, кто сделал эти открытия возможными. Книга Люка Перино посвящена пациентам, чьи случаи двигали медицину вперед и сделали ее такой, какой мы знаем сейчас. Вас ждет интересное приключение длиной в несколько веков, во время которого вы станете наблюдателем первых экспериментов с анестезией, испытаний вакцин, лечения истерии и других медицинских событий. Автор Нулевой пациент рассказывает о тех людях, которые терпеливо, в сельских больницах или на приемах у практикующих врачей, предоставляли свое тело для исследований. Возможно, не все из них до конца понимали, какой вклад в развитие медицины они вносят, но именно их участие сделало лечение многих заболеваний эффективным и успешным.

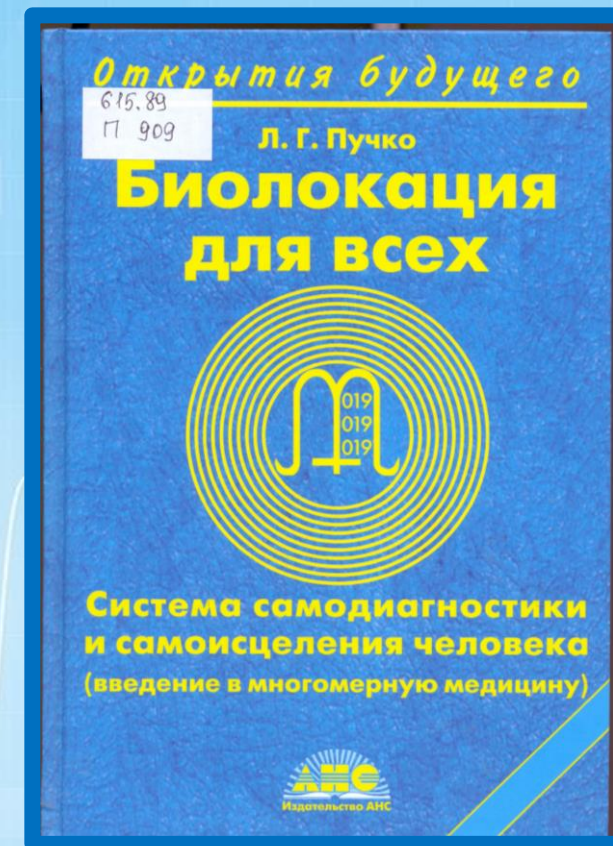


Аннотация издательства

Пучко Л. Г. Биолокация для всех : система самодиагностики и самоисцеления человека(Введение в Многомерную медицину) / Л. Г. Пучко. – Москва : АНС : АСТ, 2022. – 314 с. : ил. – (Открытия будущего). – Список лит.: с. 208-210. – ISBN 978-5-87605-051-9.

В книге излагается разработанная автором и не имеющая аналогов в мире система (само) диагностики и (само) исцеления человека, базирующаяся на радиэстезическом методе (биолокации) и использующая все самое ценное из древней восточной медицины, достижения современной медицины и фундаментальной науки в целом, результаты исследований и практический опыт автора и ее учеников. Эта система позволяет, прежде всего, выявлять невидимые и пока нерегистрируемые никакими другими средствами патологические отклонения организма, то есть проводить раннюю диагностику онкологических, инфекционных, психических, психосоматических и других заболеваний, определять глубинные причины этих заболеваний и находить наиболее эффективные пути исцеления для конкретного человека.

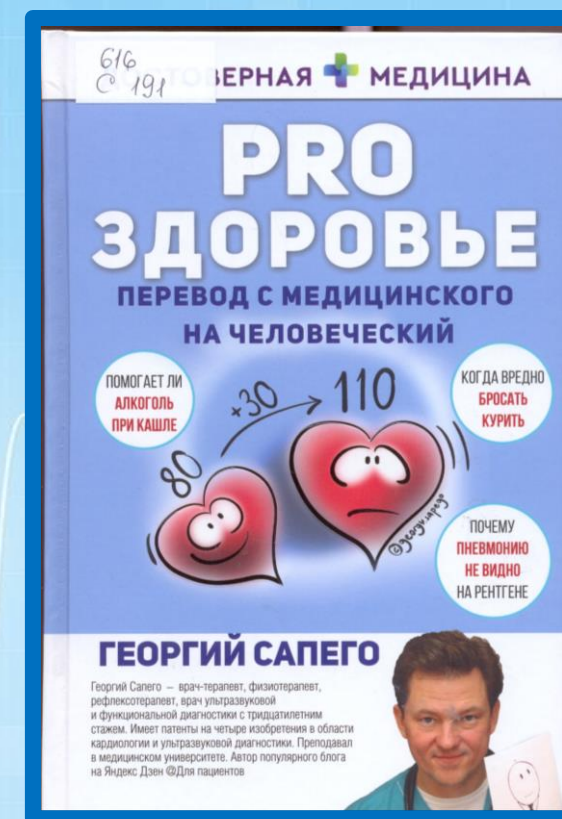
Аннотация издательства



Сапего Г. О. PRO здоровье : перевод с медицинского на человеческий / доктор Георгий Сапего. – Москва : АСТ, 2022. – 255 с. : рис. – (Достоверная информация). – ISBN 978-5-17-146496-7.

Редкий врач может популярно, не увлекаясь профессиональными терминами, объяснить далекому от медицины пациенту причины возникшей у того проблемы. Да и времени нет – рецепт в руки, и... следующий! Врач-терапевт Георгий Олегович Сапего, автор блога @Для пациентов, восполняет этот пробел. Кратко, понятно, образно и даже с юмором рассказывает о самых интересных аспектах здоровья с учетом последних научных открытий. Вернее, переводит с медицинского языка на человеческий. Книга построена так, что каждая глава становится логическим продолжением предыдущей, дополняет ее и задает новую тему для следующей. В результате читатель шаг за шагом, а не урывками получает целостное представление о законах работы нашего организма и уже со знанием дела может предотвратить многие болезни.

Аннотация издательства

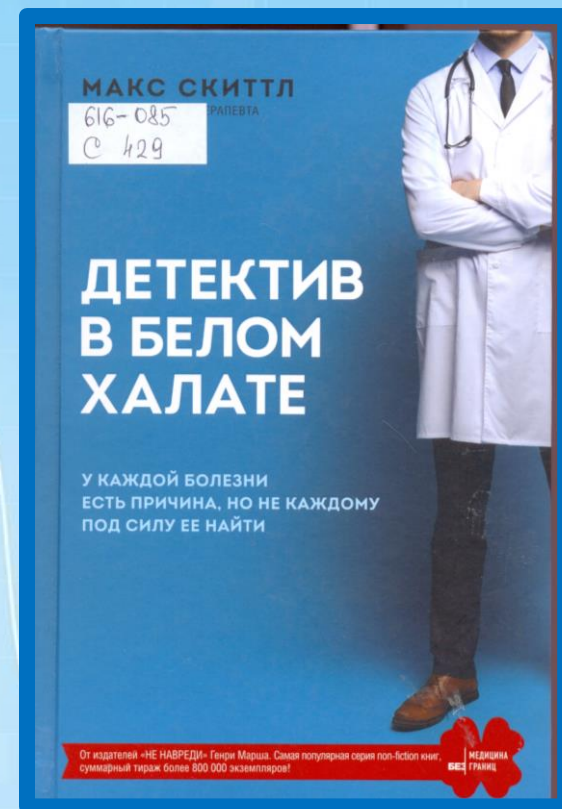


Скиттл Макс. Детектив в белом халате : у каждой болезни есть причина, но не каждому под силу ее найти / Макс Скиттл ; перевод с английского О. А. Ляшенко. – Москва : Эксмо, 2021. – 382 с. – (Медицина без границ. Книги о тех, кто спасает жизни). – ISBN 978-5-04-112451-9.

«Ответственность за здоровье другого человека – это одновременно привилегия и проклятье», – замечает автор, принимающий и консультирующий по 50 человек ежедневно. Терапевт, как детектив, выясняет, что произошло (в чем проблема), затем отправляется на поиски доказательств и улик (собирает анамнез и проводит обследование), концентрируется на числе потенциальных преступников (определяет возможную причину симптомов), создает список подозреваемых (проводит дифференциальный диагноз).

Эта книга приоткрывает дверь в кабинет доктора, во время приема пациентов, а также когда он остается наедине со своими мыслями. Вы удивитесь, но будни терапевта не назовешь рутинной, ведь это целый калейдоскоп человеческих историй – забавных, страшных, нелепых, печальных, трогательных, странных.

Аннотация издательства

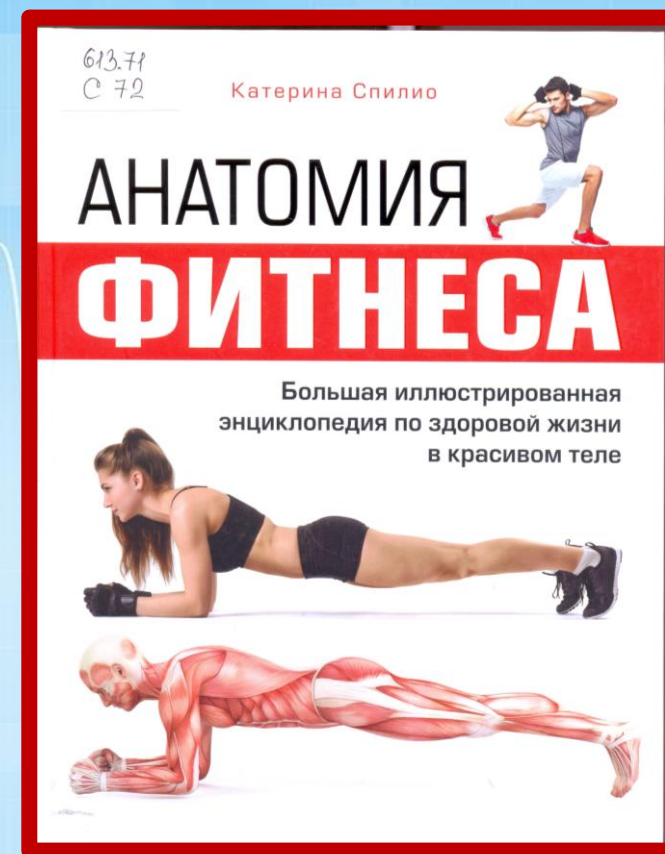


Спилио Катерина. Анатомия фитнеса : большая иллюстрированная энциклопедия по здоровой жизни в красивом теле / Катерина Спилио ; перевод с английского Т. А. Мисак. – Москва : Бомбора : Эксмо, 2022. – 165 с. : цв. ил. – (Анатомия спорта). – ISBN 978-5-04-158361-3.

Руководство для каждого, кто серьезно относится к здоровью и физическому состоянию. В книге представлены сотни тренировок – они помогут восстановить организм, сделать его гибким, подтянутым и здоровым. Более 200 подробных анатомических иллюстраций покажут, как правильно выполнять упражнения и какие группы мышц прорабатываются.

Представленные тренировки помогут похудеть, развить мускулатуру, укрепить здоровье, повысить тонус, улучшить осанку и быстрее добиться результатов в тренажерном зале. Вы разработаете систему упражнений под себя и определите нужное количество подходов.

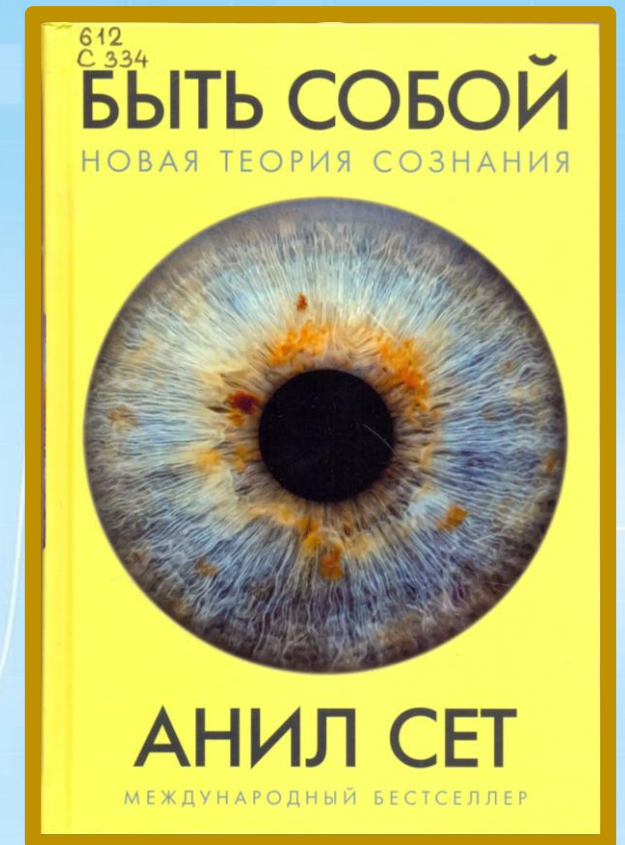
Аннотация издательства



Сет Анил. Быть собой : новая теория сознания / Анил Сет ; научный редактор Ольга Ивашкина ; [перевод с английского Мария Десятова]. – Москва : Альпина нон-фикшн, 2023. – 399 с. : ил. – Библиогр.: с. 368 -392. – ISBN 978-5-00139-946-9.

Что значит «быть собой» – то есть обладать сознательным восприятием окружающего мира и себя в нем? Трудно представить вопрос более захватывающий и трудноразрешимый. Человечество привыкло считать природу сознания предметом преимущественно философских споров, однако современная наука уже выстраивает убедительные биологические теории, объясняющие существование «я». В своей книге профессор нейробиологии Анил Сет приоткрывает окно внутрь нашего сознания и выдвигает радикально новую теорию, согласно которой мы воспринимаем мир не объективно – таким, какой он есть на самом деле, – а непрерывно выстраиваем его в прогнозах и каждую микросекунду корректируем ошибки прогнозирования. Бросая вызов нашим представлениям о восприятии и действительности, теория Анила Сета играет для нейронауки такую же роль, какую сыграла для эволюционной биологии теория Докинза.

Аннотация издательства



Стейтон Лаура. Йога-терапия : руководство по укреплению мышц, борьбе с болью и последствиями травм / Лаура Стейтон ; перевод с английского О. А. Ляшенко. – Москва : Бомбора : Эксмо, 2021. – 318 с. : ил. – (Время йоги. Практики, доступные каждому). – ISBN 978-5-04-155472-9.

«Йога-терапия» написана для всех, кто страдает каким-либо ортопедическим заболеванием: это может быть позвоночная грыжа, лордоз, ишиас, кифоз и другое состояние. Все эти болезни ограничивают человека в его движении, и Лаура Стейтон, тренер по йоге и эрготерапевт, предлагает бороться, а не подчинять им свою жизнь. В книге представлены комплексы асан для практики в домашних условиях, и в зависимости от состояния вы можете выбрать именно те упражнения, что решают конкретно вашу проблему. Также в ней вы найдете много информации о дыхании, медитации, работе с мышцами тазового дна и сканировании чакр, чтобы лучше прочувствовать свое тело.

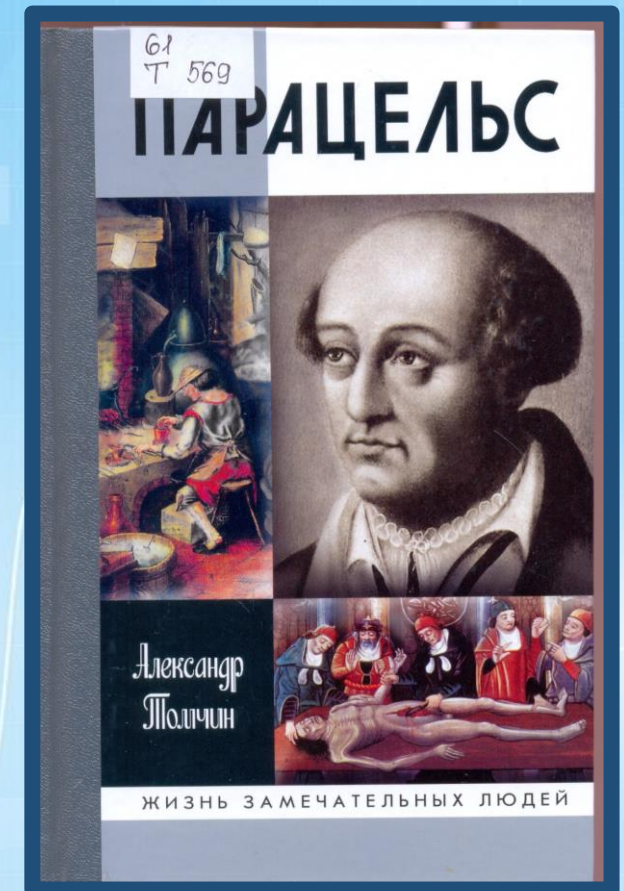
Книга Лоры Стейтон поможет вам составить индивидуальный терапевтический план занятий йогой, который снизит хроническую боль, улучшит эмоциональное состояние и сделает вас энергичнее.



Аннотация издательства

Томчин А. Б. Парацельс : гений или шарлатан? / Александр Томчин. – Москва : Молодая гвардия, 2023. – 327 с., [8] л. ил. – (Жизнь замечательных людей : серия биографий ; выпуск 2126 (1926)). – Заглавие обложки: Парацельс. – Библиогр.: с. 324-325. – ISBN 978-5-235-04551-4.

Жизнь Филиппа Ауреола Теофраста Бомбаста фон Гогенгейма, больше известного как Парацельс (1493-1541), знаменитого врача, алхимика, естествоиспытателя и философа, окружена бесчисленными загадками, мифами и легендами. Его место в истории веками вызывает острые споры между врачами, химиками, историками и оккультистами. Правда ли, что он умел предсказывать будущее? Как ему удавалось вылечить больных, которые считались неизлечимыми? Знал ли он секреты, недоступные для современной медицины? Как расшифровать его труды? Почему он до сих пор вызывает у одних отторжение и презрение, а у других – восхищение и благодарность? Кем он был – основоположником новых методов медицины или бродягой и пьяницей, магом и шарлатаном? Ответы на эти вопросы дает книга химика, публициста и переводчика Александра Томчина, который много лет занимался получением и исследованием новых лекарственных веществ; ему принадлежат свыше 150 научных статей и 90 изобретений.



Аннотация издательства

Троицкая П. Тейпирование лица : эффективная методика омоложения без хирургии и ботокса / Полина Троицкая. – Москва : ОДРИ : Эксмо, 2022. – 115 с. : цв. ил. – ISBN 978-5-04-110697-3.

Стремитесь к гладкой и подтянутой коже? Красота и молодость без лишних затрат и рискованных процедур – возможна! В книге косметолога Полины Троицкой вы найдете подробное руководство по использованию нового тренда в косметологии – тейпирования лица в домашних условиях. Более 50 аппликаций, а также онлайн-уроки, на которые можно перейти через QR-коды в книге, помогут каждой женщине добиться желаемого контура лица без морщин и отеков. Никакой хирургии и инъекций молодости. Все, что вам понадобится – это яркие эластичные ленты, зеркало и книга!



Аннотация издательства

Троицкая П. Тейпирование тела : как избавиться от проблемных зон без спорта и диет / Полина Троицкая. – Москва : ОДРИ : Эксмо, 2022. – 122 с. : цв. ил. – ISBN 978-5-04-117930-4.

Пора прекратить подвергать себя опасным диетам и испытывать дискомфорт от изнурительных тренировок в спортзале. В моде бережное отношение к себе и своему телу, а добиться фигуры своей мечты можно простым, но не менее эффективным способом. В книге косметолога Полины Троицкой вы найдете подробное руководство по использованию бесспорного тренда в косметологии – тейпирования тела в домашних условиях. Тейпирование уже помогло тысячам женщин в борьбе с нежеланными изменениями лица, а теперь станет вашим спасением и в борьбе с проблемными зонами тела. Более 50 аппликаций, а также онлайн-уроки, на которые можно перейти через QR-коды в книге, помогут избавиться от лишних сантиметров в талии и подтянуть ягодицы, устроят ненавистный целлюлит и варикозные звездочки, скорректируют осанку и даже уменьшат менструальную боль. Наносите на тело яркие эластичные ленты, следуя рекомендациям из книги. Они будут работать пока вы спите, и не создавать дискомфорта в течение дня. Это просто, легко, эффективно и безопасно!



Аннотация издательства

Тур Е. Ю. Психосоматика. Тело говорит : как научиться слушать свое тело и подобрать ключ к его исцелению / Екатерина Тур. – Москва : БОМБОРА : Эксмо, 2023. – 253 с. – (Когда тело говорит. Книги по психосоматике от врача, психосоматолога Екатерины Тур). – Библиогр.: с. 245-250. – ISBN 978-5-04-185729-5.

Правильно сказанное слово способно исцелить. В этой книге я не просто говорю о психосоматике, о целостности и о том, как начать видеть себя внутри себя. Все это, безусловно, важно и нужно, но куда важнее то слово, которое способно исцелить. И у тебя, мой дорогой читатель, это будет особенное слово. Я не знаю, какое именно. Я не знаю, на какой странице ты его найдешь. Я не знаю, как именно ты его почувствуешь. Но я знаю, как запускать процессы глубинного исцеления через буквы и символы, которые ты уже читаешь прямо сейчас. Эта книга выступает проводником в мир внутреннего, в мир того, что мы всегда оставляем за кадром повседневной жизни. Научиться слышать себя. Научиться чувствовать себя. Говорить со своим телом на его языке. Прочитав эту книгу, ты сделаешь первые шаги в восстановлении собственной целостности, укреплении внутренней опоры и изменении жизни. Вовремя отреагировать на тревожные симптомы и найти связь между болезнями души и тела помогает Екатерина Тур – врач, психосоматолог, автор курсов и популярных блогов о психосоматике. Читая ее книгу, вы посмотрите на себя другими глазами: пройдете из детства к своему сегодняшнему «я» и заглянете внутрь своего организма.



Аннотация издательства

Уэйд Сьюзан Дэнхэм. Насколько хватает взгляда : история видения и прогресса человечества / Сьюзан Дэнхэм Уэйд ; перевел с английского Сергей Черников. – Санкт-Петербург : Портал, 2022. – 462 с. – (ПроНаука). – Библиогр.: с. 436-481. – ISBN 978-5-907241-72-5.

Наши глаза могут быть зеркалом души, но они также зеркало нашей истории. Миллионы лет люди изобретали новые способы смотреть на мир вокруг, видеть друг друга и себя. Так они освоили огонь, создали письменность, телескопы, печатные книги, фотографию, кинематограф, телевидение, смартфоны... Видение – это процесс. С каждым новым открытием менялось не только то, что окружало человека: менялся он сам и то, как и что он видел. Ведь зрение и прогресс неразделимо связаны. Погружая читателя в эволюцию человечества и историю важнейших изобретений, Сьюзан Дэнхэм Уэйд показывает, как визуальные технологии сделали нас властителями природы, вооруженными суперсовременными гаджетами. Но разве мы достигли предела? Куда еще нас заведет наш любознательный взгляд?

Аннотация издательства

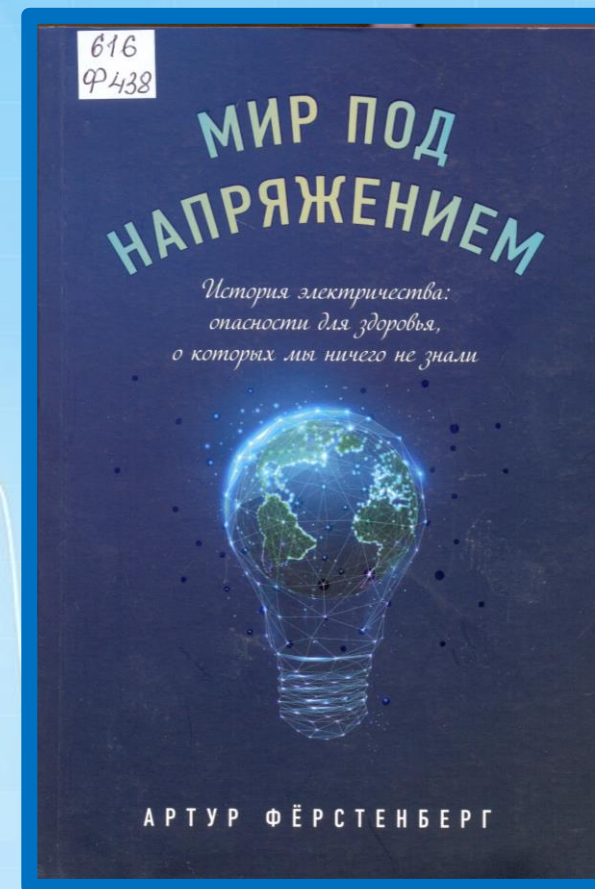


Ферстенберг Артур. Мир под напряжением : история электричества: опасности для здоровья, о которых мы ничего не знали / Артур Ферстенберг ; перевод с английского А. Захарова. – Москва : Эксмо, 2022. – 511 с. : ил., фот. цв. – (Альтернативная медицина от мировых экспертов. Целостный подход к здоровью). – Библиогр.: с. 422-509. – ISBN 978-5-04-157050-7.

Пчелы погибают при жизни под высоковольтными линиями электропередач. Вспышки гриппа и других вирусных инфекций совпали с электрификацией данных районов. Рак, деменция и неврологические болезни возникли одновременно с электромагнитным загрязнением планеты. Возможно, все это совпадение. А может быть, и нет. Книга ученого Артура Ферстенберга рассказывает о том, что мы знаем на сегодня о влиянии электромагнитного излучения на здоровье сердца и сосудов, мозга и всей нервной системы, эндокринных органов и либидо.

Вы удивитесь, узнав, как много исследований сегодня посвящено влиянию ЭМП на здоровье и каковы их первые трагические данные.

Аннотация издательства



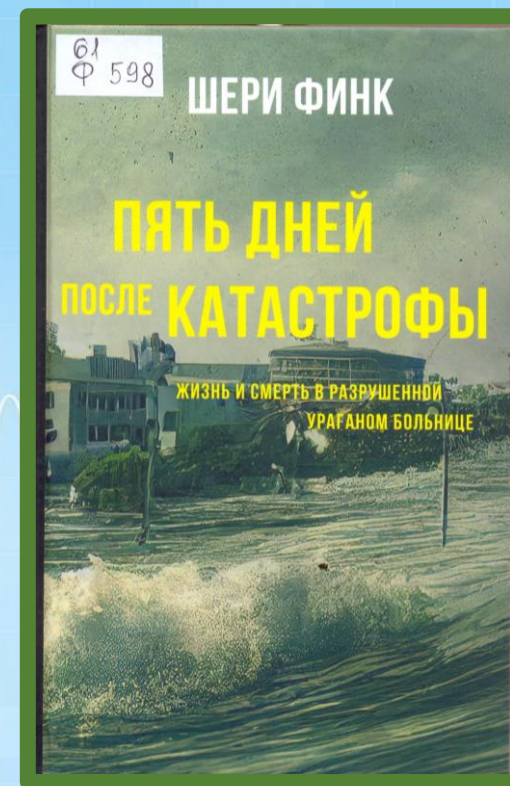
Финк Шери. Пять дней после катастрофы : жизнь и смерть в разрушенной ураганом больнице / Шери Финк ; перевод с английского А. Загорского. – Москва : АСТ, 2023. – 670 с. – ISBN 978-5-17-133161-0.

В августе 2005 года на Новый Орлеан обрушился ураган «Катрина», вызвавший сильное наводнение и превративший город буквально в руины. Взаперти, без электричества и возможности получить откуда-либо помощь, оказался Мемориальный медицинский центр. Тысячи людей – от тяжелобольных пациентов до родственников медперсонала – на пять дней были отрезаны от внешнего мира. Врачам приходилось принимать непростые решения: кого спасать в первую очередь, кто подлежит эвакуации, а кто, возможно, до нее не доживет. Спустя же несколько месяцев, когда этот ужас остался позади, некоторые медики были арестованы за то, что вводили безнадежным пациентам смертельные дозы препаратов...

Что же произошло в Мемориальном медицинском центре на самом деле? Массовое убийство? Или врачи, жертвуя карьерой, пошли на этот шаг, чтобы облегчить последние часы умирающих?

Шери Финк даст ответы на эти вопросы, продемонстрировав, как меняется поведение человека в критических ситуациях.

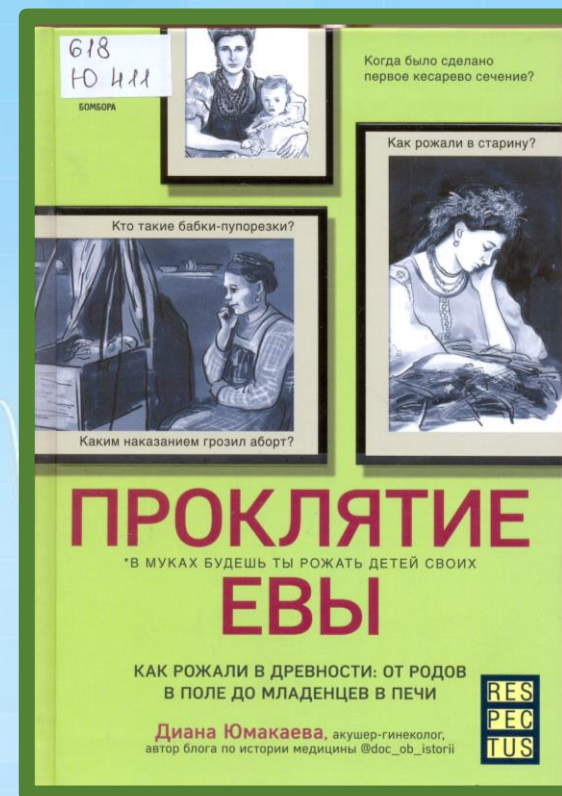
Аннотация издательства



Юмакаева Д. М. Проклятие Евы : как рожали в древности: от родов в поле до младенцев в печи / Диана Юмакаева. – Москва : БОМБОРА : Эксмо, 2023. – 399 с. : ил. – (Respectus. Путешествие к современной медицине). – Библиогр.: с. 380-395. – ISBN 978-5-04-159797-9.

В наше время медицина обеспечивает женщинам максимально безопасные роды, которые могут привести к проблемам в единичных случаях. Однако в древности такого не было. Женщины понимали, что роды представляют для них большую опасность. Многие боялись рожать, так как знали, что от кровопотери или инфекций умирает едва ли не каждая вторая роженица. Книга Дианы Юмакаевой, акушера-гинеколога и автора блога по истории медицины, перенесет вас во времена, когда роды и беременность окружало множество суеверий.

«Проклятие Евы» читается на одном дыхании. Книга погружает нас в историю акушерства, начиная с древнейших времен. И пускай иногда отвлекаешься на мысли о том, как тебе повезло родиться и рожать в 21-м веке, книга действительно увлекает. Глава за главой мы узнаем, какой же колоссальный путь прошло акушерство. Сколько невероятных открытий и имен скрывается за этим. Для кого эта книга? Для каждого, кто хочет узнать больше об истории медицины, а также о том, чего стоило миллионам женщин продолжить человеческий род.



Аннотация издательства

***Виртуальный обзор
«Медицина для всех»
включает материалы из фондов
ГБУК РК «Крымская республиканская универсальная
научная библиотека им. И. Я. Франко»***

***Составитель: главный библиотекарь отдела
«Универсальный читальный зал» Кемалова Л. К.***