



Муниципальное бюджетное учреждение культуры
Централизованная библиотечная система г. Таганрога
Центральная городская публичная библиотека имени А. П. Чехова
Отдел «Центр естествознания и медицины»

Естественные науки

Новые поступления

Таганрог 2023

Аверьянов, Г. Г. Я не лошадь: 100 самых частых вопросов врачу – психотерапевту / Геннадий Аверьянов. – Москва : Эксмо, 2022. – 256 с. – (Книги улучшающие жизнь). - ISBN 978-5-04-162755-3. – Текст : непосредственный.



Надо ли сохранять отношения? Когда идти к психотерапевту? Есть ли у меня депрессия? Где найти достойного мужчину? Почему мы подсаживаемся на спорт? Должны ли толстые худеть? Надо ли делать с ребенком уроки? Почему мы попадаем на уловки мошенников? Как пережить развод? Есть ли женская дружба? Нужно ли любить себя?

Психотерапевтические ответы на эти жизненные вопросы изложены врачом-психотерапевтом в форме юмористических эссе. Читаешь, понимаешь, смеешься и применяешь: ведь у каждого текста есть научное обоснование и многолетний врачебный опыт автора.

Не загнаться как лошадь – главное, что человек может сделать для самого себя. Эта книга в этом может серьезно помочь.

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»



Актипис , А. Клетка – предатель: откуда взялся рак и почему его так трудно вылечить / Афина Актипис; перевод с английского И. Чорного. – Москва : Эксмо, 2022. – 288 с. – ISBN 978-5-04-155553-5. – Текст : непосредственный.



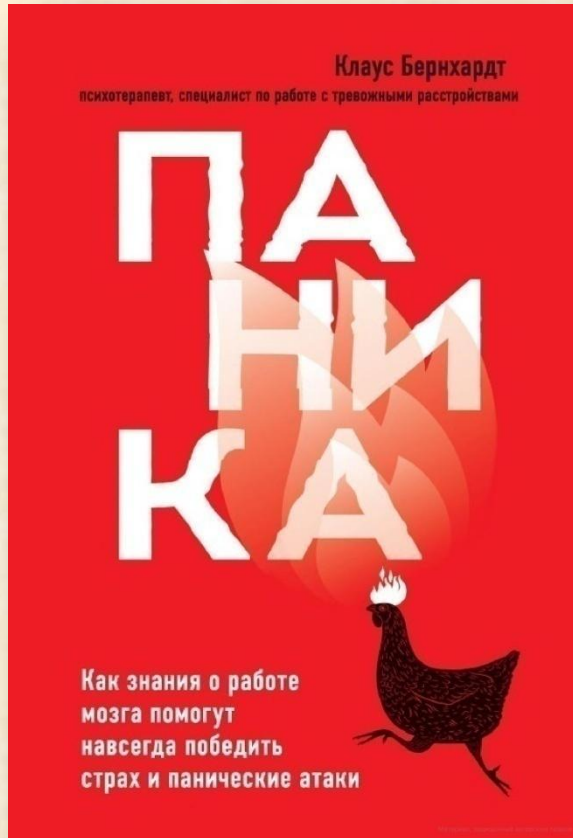
Избавиться любой ценой или превратить в союзника? Афина Актипис, эволюционный биолог и биолог-онколог, предлагает новый взгляд на рак и его лечение. В своей книге она рассказывает, когда и вследствие чего появились онкологические заболевания, почему рак всегда сопровождал многоклеточные формы жизни и развивался параллельно с ними, как он ведет себя в организме и можно ли его контролировать. Если все еще не получилось одержать победу над раком – может, пришло время переосмыслить отношение к нему, понять его логику и использовать эти знания для лечения? Эволюционный подход, рассматриваемый Афиной Актипис, учитывает непредсказуемую природу рака и направлен на поиск методов для долгосрочного сдерживания болезни, что может стать прорывом.

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

11.09.2023



Бернхардт, Клаус. Паника: как знания о работе мозга помогут навсегда победить страх и панические атаки / Клаус Бернхардт; перевод с немецкого В. В. Черепанова. – Москва : Эксмо, 2022. – 224 с. – ISBN 978-5-04-112102-0. – Текст : непосредственный.



Необъяснимое чувство страха, учащенное сердцебиение, нехватка воздуха, головокружение и потеря контроля над ситуацией – все это симптомы панической атаки, которые зачастую принимают регулярный характер и мешают вести полноценную жизнь. Причины, вызывающие тревожные состояния, могут быть самыми разными, но все они, как правило, сводятся к недостаточному пониманию собственных эмоций. Откажитесь от антидепрессантов и неэффективных традиционных методов лечения и узнайте, как победить страх с помощью новейших ментальных упражнений, разработанных на основе последних исследований мозга.

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

11.09.2023



Бредесен, Дейл. Мозг вне возраста: протоколы и свидетельства людей, победивших Альцгеймер / Дейл Бредесен; перевод с английского И. Мизининой. – Москва : Издательство АСТ, 2022. – 288 с. – ISBN 978-5-271-48703-3. – Текст : непосредственный.



В книге собраны личные истории людей, которым поставили диагноз "болезнь Альцгеймера" и которые смогли излечиться от ее симптомов. Герои книги расскажут, какую роль в лечении играет метаболизм, физическая нагрузка и диета.

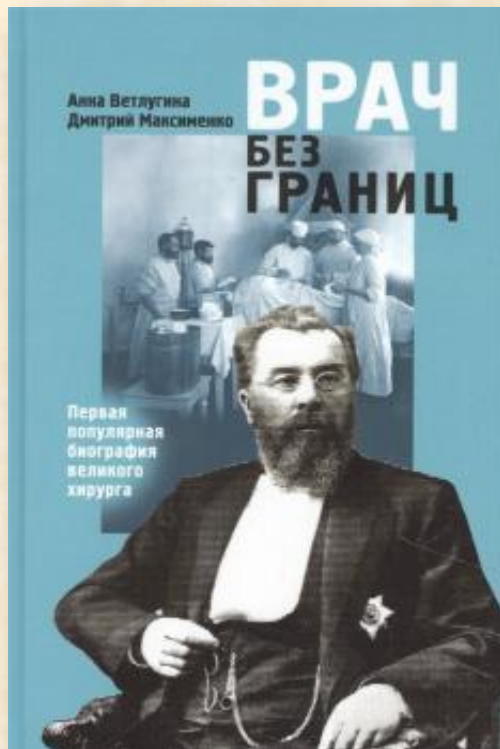
На какой стадии болезни еще не поздно начать лечение? Какие исследования нужно пройти перед тем, как приступить к лечению и можно ли победить наследственную предрасположенность к болезни Альцгеймера?

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

11.09.2023



Ветлугина, А. М., Максименко Д. М. П. Врач без границ / Анна Ветлугина, Дмитрий Максименко. – Москва : Молодая гвардия, 2021. – 254 с. – ISBN 978-5-235-04457-9. – Текст : непосредственный.



Что мы знаем о нем? Фразу «короче, Склифосовский»? «Склиф», от которого никто не застрахован, но который в тяжелой ситуации может стать символом надежды? Сериал «Склифосовский», не имеющий к нему никакого отношения, как, впрочем, и тот самый Институт скорой помощи? Кажется, будто за нарицательным именем не стоит ничего значимого, вроде болезни Альцгеймера, синдрома Дауна или отека Квинке. Но если копнуть глубже, выяснится, что этот скромный человек повлиял на всю систему российского здравоохранения, попутно оказав заметную поддержку феминизма в России. А еще он участвовал в войнах и лично спас такое фантастическое количество раненых, что ему наверняка обязаны жизнью многие из нас...

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

18.09.2023



Герсте, Рональд Дитмар. Исцеление мира. От анестезии до психоанализа: как открытия золотого века медицины спасли нашу жизнь / Рональд Д. Герсте; перевод с немецкого К. Е. Бочкаревой. – Москва : Эксмо, 2022. – 432с. – ISBN 978-5-04-166395-7. – Текст : непосредственный.



Эта книга перенесет вас в период прорывов в медицине и позволит стать свидетелями важных научных событий, во многом определивших свое время и нашу сегодняшнюю жизнь.

Автор рассказывает о медицинских и технических открытиях с точки зрения врачей и ученых, двигавших науку вперед, и помещает их разработки в контекст истории. К решению какого личного вопроса Дарвин подошел так же систематично, как и к своей теории? К каким чрезвычайным ситуациям на борту был готов судовой врач "Титаника"? Какое открытие не сделал Фрейд? Почему известный английский хирург при ампутации бедра отрезал яички пациента и пальцы своего ассистента? Как крестный отец повлиял на развитие офтальмологии?

Рональд Герсте приглашает вас в путешествие в золотой век медицины, в течение которого совершались небывалые открытия и появлялись невероятные изобретения, заполнявшие все больше белых пятен на карте возможностей науки и спасавшие множество жизней.

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

11.09.2023



Дети ковидом не болеют... Заметки из красной зоны Педиатрического университета. – Санкт Петербург : СПбГПМУ, 2022. – 208 с. – ISBN 978-5-907565-15-9. – Текст : непосредственный.



В книге собраны очерки-истории сотрудников Педиатрического университета, столкнувшихся с пандемией коронавирусной инфекции в первой половине 2020 года. В отдельных историях можно проследить как этапы организации и работы отделения для детей с новой коронавирусной инфекцией COVID-19 в клинике СПбГПМУ, так и эмоциональные истории врачей и пациентов, столкнувшихся с инфекцией, и обыденную жизнь университета в это непростое время: обучение, научные исследования... Книга адресована практикующим врачам всех специальностей, студентам медицинских вузов, а также всем интересующимся историей пандемии COVID-19.

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

11.09.2023



Зволинская, Е. Ю. Здоровый образ жизни: мифы, факты, парадоксы. Ожирение. Холестерин / Е. Ю. Зволинская. – Москва : Даръ, 2021. – 96 с. - ISBN 978-5-485-00644-0. – Текст : непосредственный.



Настоящая брошюра является второй в серии книг, посвященной здоровому образу жизни. Она посвящена новейшим теориям возникновения ожирения и методам борьбы с настоящей эпидемией XXI века, а также анализу модных современных теорий о пользе и вреде холестерина. В целом в серии брошюр освещаются основные принципы (алгоритм) здорового образа жизни, обсуждаются новейшие теории возникновения заболеваний, представлены методы борьбы с факторами риска. Серия предназначена для широкого круга читателей. Она основана на современных представлениях и последних клинических рекомендациях на базе крупнейших международных и отечественных исследований, участником которых был сам автор.

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

18.09.2023



Красиков, А. Ю. ВСД, панические атаки, тревоги и страхи: неврозы мегаполиса. Книга самопомощи / А. Ю. Красиков. – Москва : Издательство АСТ, 2022. – 256 с. – ISBN 978-5-17-148052-3. – Текст : непосредственный.



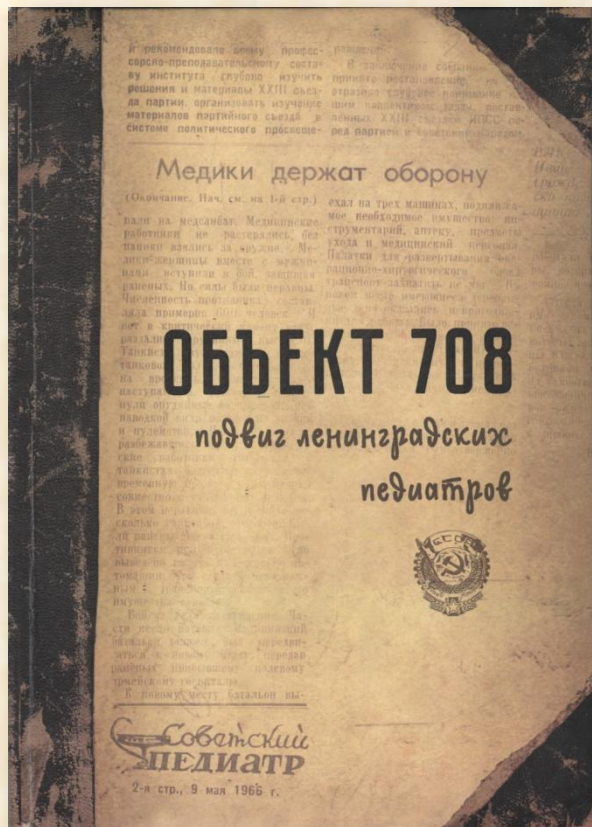
ВСД, тревоги, панические атаки, страхи – не болезнь! Эмоциональные нарушения возникают вследствие того, что наша нервная система не справляется с регулярным стрессом, с которым сталкивается каждый из нас ежедневно. Чтобы преодолеть тревожные расстройства и вернуться к полноценной жизни, необходимо понять их причины. В этом поможет книга известного психолога-консультанта когнитивно-аналитического направления Алексея Красикова, который более 15 лет работает с неврозами, паническими атаками и страхами. В книге вы найдете специальные упражнения и рекомендации, которые помогут снизить уровень тревожности, проработать психосоматические трудности, депрессивные состояния. Вы поймете, что и почему происходит с вами, что вызывает данные состояния и как справиться с ними, не пугая и не запутывая самого себя. 3-е издание. Книга выходила ранее под названиями: «Неврозы мегаполиса. ВСД, панические атаки, тревоги, страхи. Книга самопомощи», «Я в порядке! Самопомощь при неврозах: ВСД, панические атаки, тревоги и страхи». Данное издание не является учебником по медицине. Все процедуры должны быть согласованы с лечащим врачом

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

18.09.2023



Объект 708: подвиг ленинградских педиатров. – Санкт Петербург : СПбГПМУ, 2021. – 176 с. – ISBN 978-5-907443-43-3. – Текст : непосредственный.



Книга подробно описывает работу Ленинградского педиатрического медицинского института в годы Блокады Ленинграда. Все годы Великой Отечественной войны институт не прекращал своей деятельности: осуществлено 7 выпусков врачей, работала детская клиника и госпиталь, велись научные разработки. Более 400 тысяч детей не были эвакуированы из города. Большинство из них выжило только благодаря самоотверженной работе сотрудников «объекта 708» – так значился ЛПМИ на немецкой военной карте. Специальная мишень, подлежащая уничтожению. Впервые в данном издании опубликованы: документальный архивный очерк «О деятельности ЛПМИ за время войны с 22.06.41 г. по 01.08.44 г.», фотографии из фондов Российской национальной библиотеки, фрагменты изданий, выпущенных в годы Блокады Ленинграда, а также воспоминания сотрудников ЛПМИ о военных годах. Книга богато иллюстрирована фотографиями Педиатрического института военных лет.

ОТДЕЛ «ЦЕНТР ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ И МЕДИЦИНЫ»

11.09.2023

