

bibliogr@uonb.ru

bibliogr@uonb.ru

ПРОФИЛАКТИКА САХАРНОГО ДИАБЕТА.



ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ ЛЕГКИХ.




Существуют болезни, наносящие большой вред здоровью. Они приводят к необратимым функциональным и органическим изменениям. Среди них диабет и болезни легких. Актуальность профилактики этих заболеваний вызвана тем, что катастрофический рост числа заболевших диабетом принимает характер неинфекционной эпидемии, а бронхиальная астма, например, является одним из самых распространенных хронических заболеваний, которому подвержены все люди, вне зависимости от пола и возраста.

Следовательно, Важной задачей является борьба с беспечным отношением к собственному здоровью и образу жизни.

Предлагаем Вашему вниманию выборочный обзор наиболее интересных, на наш взгляд, ресурсов по лечению и профилактике сахарного диабета и болезней легочной системы. В обзор включены печатные издания (книги и статьи), а также некоторые сайты, на которых даются советы и рекомендации специалистов.

Помните, что вся информация, представленная в данном обзоре, носит рекомендательный характер и не является предписанием к лечению.

	<p>Баур, К. Бронхиальная астма и хроническая обструктивная болезнь легких / К. Баур, А. Прайссер; пер. с нем. под ред. И. В. Лещенко ; с предисл. А. Г. Чучалина. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2010. - 185 с. : ил</p> <p>Руководство содержит актуальную информацию о ведении больных бронхиальной астмой и хронической обструктивной болезнью легких. В книге освещены общие особенности диагностики, подробно рассмотрены современные методы оценки течения заболеваний, разобраны схемы лечения больных. Четкая структура книги позволяет легко и быстро находить необходимую информацию, а конкретные рекомендации – оптимизировать процесс диагностики и лечения в соответствии с современными стандартами.</p> <p>Рекомендовано в качестве карманного руководства для практикующих врачей, аспирантов, ординаторов и студентов старших курсов медицинских вузов.</p>
	<p>Бронхи и легкие : врачебные советы, профилактика и самопомощь : [специальный выпуск газеты «Сам себе лекарь»] / [составитель М. В. Страусова]. - Нижний Новгород : Газетный мир, 2019. - 95 с. : ил. - (100 шагов к здоровью).</p> <p>По статистике, более половины хронических болезней приходится на легкие и бронхи. Среди самых частых патологий дыхательной системы можно выделить бронхит, астму, пневмонию, хроническую обструктивную болезнь легких, туберкулез.</p> <p>Как унять длительный кашель? Что делать, чтобы полегче</p>

	<p>дышалось? Когда необходимо врачебное вмешательство, а когда вы сами можете помочь своему организму? Почему так необходима ежегодная флюорография и какие еще специальные исследования дыхательных органов советуют проводить врачи? Ответ на эти и многие другие вопросы вы найдете в этой книге.</p>
	<p>Галинская Л. А. Туберкулез : профилактика и лечение / Л.А. Галинская. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. – 188 с.</p> <p>Диагноз, веками бывший смертельным в подавляющем большинстве случаев, после изобретения антибиотиков стал не таким устрашающим. Мы привыкли к мысли, что туберкулез побежден. Но социальная ситуация изменилась - и он вновь поднял голову. В современной России огромное число больных и инфицированных. Каковы первичные признаки болезни, как ее лечить в условиях стационара и дома лекарственными и народными средствами и как не заболеть - обо всем этом рассказывает опытный врач-фтизиатр Л.А.Галинская.</p>
	<p>Демичева О. Ю. Сахарный диабет / О. Демичева. - Москва : Э, 2016. – 159, [1] с. : ил.</p> <p>Эта книга не только для тех, у кого есть сахарный диабет, но и для тех, кто хотел бы избежать этой коварной болезни. Автор в этой книге не примитивизирует информацию, а вникает в суть причин и следствий диабетических проблем, изложенную простым русским языком для людей без специального медицинского образования. В этой книге – правда о диабете. Книга ни в коей мере не является заменой школы диабета. Прочитав ее, читатель испытает потребность пройти обучение в такой школе, ведь для человека с сахарным диабетом знания эквивалентны дополнительным годам жизни.</p>
	<p>Древаль А. В. Полный справочник для тех, у кого диабет / Александр Древаль. - Москва : Эксмо, 2013. - 608 с.</p> <p>Человек, у которого обнаруживают сахарный диабет, очень часто оказывается "один на один" со своей болезнью. И очень хорошо, если в этот момент у него под рукой есть книга, где он может найти ответы на все вопросы о диабете, которые могут возникнуть.</p> <p>"Полный справочник для тех, у кого сахарный диабет" написан одним из ведущих российских специалистов по диабету и является именно той книгой, необходимой обычному человеку без медицинского образования, которому нужно жить и трудиться, несмотря на наличие диабета</p>



Карамышева Т. Е. Сахарный диабет : современная энциклопедия / Т. Карамышева. – Москва : Эксмо, 2015. – 460 с. : ил.

Многолетний опыт лечения пациентов с сахарным диабетом, а также живой интерес ко всему новому на медицинском рынке позволили автору этой книги написать уникальную книгу, которая поможет оптимально справиться с болезнью, избежать осложнений и быть в курсе последних достижений медицины в области борьбы с диабетом и его профилактики.



Первушина Е. В. Диабет и его профилактика: эндокринная система / [Е. В. Первушина]. – Санкт-Петербург : Амфора, 2013. – 63 с. : цв. ил.

Самым распространенным расстройством эндокринной системы является сахарный диабет. Диабет пока неизлечим. Больные сахарным диабетом очень часто не выглядят безнадежно больными. Единственное их отличие состоит в том, что им нужно относиться к своему здоровью внимательно, заботиться о себе и не подвергать опасности безрассудными выходками. Но эти правила было бы очень полезно соблюдать многим людям, считающим себя здоровыми.



Пигулевская И. С. Всё, что нужно знать о сахарном диабете: незаменимая книга для диабетика: виды диабета, принципы лечения, вкусные и полезные блюда, правильные упражнения, народная медицина, фитотерапия / Ирина Пигулевская. – Москва: Центрполиграф, 2018. - 351 с.

Сахарный диабет называют бичом нашего времени. Однако, диагноз "сахарный диабет" - не повод для паники и уж тем более не приговор. При соблюдении определенных правил, ваша жизнь может быть долгой и насыщенной. Как сделать ее такой, расскажет наша книга. Из нее вы получите все необходимые для диабетика сведения – что такое диабет и каковы основные принципы его лечения, какие бывают диабетические осложнения и их профилактика.

Книга незаменима и полезна для всех, кто страдает диабетом, а также тем, чьи родные и близкие не понаслышке знакомы с этим заболеванием.



Садов А. В. Лечение и профилактика заболеваний органов дыхания: [дыхательные гимнастики, дыхательная йога, рецепты фитотерапии] / Алексей Садов. – Москва [и др.]: Питер, 2010. – 185 с. – (Семейный доктор)

Дыхание – это жизнь. Когда работа органов дыхания нарушается, жизнь как будто замирает, и начинается борьба с болезнью.

Автор рекомендует эффективный лечебно-профилактический комплекс (дыхательная гимнастика, дыхательная йога, рецепты фитотерапии), способный в рекордно быстрые сроки «поставить на ноги» при заболеваниях органов дыхания и предупредить сезонные обострения.



Смирнова М. А. Лечебное питание. Сахарный диабет / М. А. Смирнова – Москва : РИПОЛ классик, 2016. – 63 с. – (Здоровый образ жизни и долголетие).

Соблюдение правильной, сбалансированной диеты для людей, страдающих сахарным диабетом, - необходимое условие поддержания высокого качества жизни и залог успешного лечения. Режим питания вместе с умеренными физическими нагрузками являются главными «рычагами управления» этой коварной болезнью, позволяющими контролировать уровень сахара в крови. Обо всем этом и многом другом вам расскажет эта книга.





Фадеев П. А. Бронхиальная астма / П. А. Фадеев. - Москва : Мир и образование, 2013. - 157 с. : ил.

В книге в доступной форме изложены все основные вопросы, связанные с одним из самых массовых заболеваний человечества - бронхиальной астмой. Читатель узнает, что такое Бронхиальная астма и почему она возникает; как диагностируют это заболевание; какие бывают осложнения и как их можно распознать; какие существуют современные методы профилактики и лечения бронхиальной астмы; как самостоятельно в домашних условиях контролировать эффективность лечения.

Здесь содержатся самые достоверные и современные сведения, соответствующие авторитетным рекомендациям зарубежных и отечественных медицинских ассоциаций и проверенные многолетним опытом автора.

	<p>Фадеев П. А. Сахарный диабет: самая достоверная информация : [механизм развития, факторы риска, клиническая картина, диагностика, лечение, профилактика, осложнения и их лечение] / П. А. Фадеев. – Москва : Мир и Образование, 2017. – 204, [2] с. : ил., табл.</p> <p>В книге в доступной форме изложено: что такое сахарный диабет и каковы причины его возникновения; почему нужно и когда начинать регулярно делать анализ крови на сахар; что такое предиабет и чем он опасен; какие существуют современные методы профилактики и лечения сахарного диабета; о самой современной и эффективной диете для диабетиков. Здесь содержатся самые достоверные и современные сведения, соответствующие авторитетным рекомендациям зарубежных и отечественных медицинских ассоциаций и проверенные многолетним опытом автора.</p>
Интернет-ресурсы	
	<p>Сайт для продвинутых диабетиков «ГУРУ Диабетик» (https://diabetik.guru/info/) содержит информацию, касающуюся всех сторон данного заболевания. В одном из разделов сайта можно узнать о первичной и вторичной профилактике сахарного диабета: предупреждении СД и рисках для жизни.</p>
	<p>На сайте «Просто о сложном в мире медицины» (http://medinteres.ru) вы найдете простое и понятное описание разных заболеваний, их симптомы, самодиагностика, профилактика и лечение. Диабет – заболевание неизлечимое. С диагнозом «сахарный диабет» жить, конечно, можно. Но это крайне тяжелая жизнь под диктовку болезни. Поэтому важно знать меры для его предотвращения и развития. Важность профилактических мероприятий очень велика, т.к. диабет приводит к очень серьезным калечащим осложнениям.</p>
	<p>Специалисты призывают всех людей внимательно относиться к состоянию здоровья, чтобы обезопасить себя и уберечь своих близких от развития грозного недуга. На одной из страниц сайта размещены статьи по профилактике сахарного диабета (http://diabetiko.ru/raznoe/profilaktika-diabeta). В чем заключается профилактика сахарного диабета и что делать, если болезнь уже возникла, читайте на сайте.</p>
	<p>DIABETHelp.ORG - сайт про диабет и жизнь с ним. Чтобы предотвратить развитие сахарного диабета, следует неукоснительно соблюдать определенные меры профилактики. Важно научить себя контролировать свой рацион питания, следить за личным здоровьем и соблюдать диеты. Детям, предрасположенным к диабету, также необходима постоянная профилактика заболевания. Об этом читайте на одной из страниц сайта</p>

	<p>http://diabethelp.org/bolezni/profilaktika-sakharnogo-diabeta.html).</p>
	<p>Специальный ресурс «Нет туберкулезу!» (https://no-tuberculosis.ru/tuberkulez-legkih/profilaktika/) содержит всю необходимую информацию по этому заболеванию. Лечение; Классификация; Заболевания; В России; Профилактика; Симптомы – вот разделы сайта. Своевременные профилактика и диагностика туберкулеза помогают избежать тяжелых последствий болезни. Меры профилактики туберкулеза, раннее выявление и лечение – три элемента борьбы с туберкулезом. Их соединение помогают побеждать эту болезнь.</p>
	<p>Современная профилактика туберкулеза позволяет людям контролировать эту болезнь. На сегодняшний день применяется введение обязательной вакцинации, а также в наличии имеется ряд эффективных химических препаратов профилактики туберкулеза, что в совокупности помогает людям избежать заражения или как минимум ослабить недуг.</p> <p>В разделе «Профилактика туберкулеза» (http://1tuberkulez.ru/raznoe/profilaktika-tuberkuleza.html) специального проекта «Первый по туберкулезу» можно получить ответы на следующие вопросы: Что необходимо для предосторожности делать в детском возрасте; Что требуется делать для предосторожности взрослым; Санитарные и социальные способы профилактики.</p>
	<p>Бронхиальная астма – это хроническое воспалительное заболевание дыхательных путей. От такой болезни страдает почти 10% населения, причём число пациентов постоянно увеличивается и этот факт делает болезнь социальной проблемой.</p> <p>Профилактика астмы – важная мера в борьбе с данным недугом и в предупреждении его дальнейшего прогрессирования. На специализированном сайте Бронхиальная астма и другие легочные заболевания (https://pulmonary.ru/) Вы найдете исчерпывающую информацию о видах и симптомах астмы, различных способах лечения и профилактики этого заболевания.</p>
	<p>На сайте УПУЛЬМОНОЛОГА (https://upulmanologa.ru/) собрана максимально полно вся информация о заболеваниях и лечении дыхательной системы. Здесь Вы найдете популярные статьи о здоровье, о различных заболеваниях дыхательной системы, способах их профилактики и лечения. Кроме того, на наиболее часто задаваемые вопросы, специалисты дают развернутые, подробные ответы.</p>
	<p>Портал PulmoHealth.Com (https://pulmohealth.com/) посвящен болезням легких и дыхательной системы. За долгие годы работы в области пульмонологии у экспертов портала накопился огромный опыт, которым они делятся со</p>

всеми, у кого есть проблемы.

На портале довольно подробно рассмотрены такие заболевания как Астма, Бронхит и Пневмония. Здесь можно узнать не только о самой болезни, но и способах лечения и профилактики конкретного заболевания.