**Уважаемые читатели!**

Вашему вниманию предлагаются книги, которые познакомят вас с современными исследованиями и новыми методиками, позволяющими с наименьшими потерями для здоровья помочь справиться с недугом. О том, в чем они заключаются, вы узнаете из предложенной литературы:

**Степанова О. В. Болезни уха, горла, носа: Современный взгляд на лечение и профилактику**

Вы узнаете о различных заболеваниях ЛОР-органов, и их лечении. Для многих будут интересны практические рекомендации: как правильно закапать капли, сделать согревающий компресс и др.

**Ужегов Г. Н. Зона особого внимания. Головная боль: Народные методы лечения**

Постоянно терпя головную боль, можно нанести своему здоровью непоправимый вред. Эта книга поможет вам выяснить причины головной боли, и способы ее устранения.

**Остермайер-Ситковски У. Как улучшить зрение**

Частые переутомления наносят ущерб зрению и вы видите все хуже? Более 40 упражнений и игр помогут составить индивидуальную программу занятий для ваших глаз.

**Романова Е. Лечение язвы желудка: Новейшие медицинские методики**

Благодаря современным исследованиям появились новые методики, позволяющие с наименьшими потерями для здоровья помочь больному справиться с недугом. О том, в чем они заключаются, расскажет эта книга.

**Мориц А. Удивительное очищение организма**

Книга раскрывает причины появления камней в печени и жёлчном пузыре, объясняет , почему эти камни ответственны за ряд болезней, и предлагает простой метод избавления от них.

**Милюкова И. В. Настольная книга гипертоника**

Гипертония способствует развитию большого количества других заболеваний и осложняет течение многих болезней. О том, как может улучшить свое здоровье гипертоник, вы узнаете из этого издания.

**Аритмии сердца**

В книге вы найдете информацию о лекарственных препаратах для лечения аритмий сердца, сведения о мерах предосторожности при покупке и приеме лекарств.

**Малахов Г.П. профилактика и лечение болезней позвоночника**

Как сохранить позвоночник в здоровом состоянии, избавиться от болей в спине? Здесь вы можете найти практические советы и рекомендации, благодаря которым можно оставаться здоровыми гибкими и стройными.

**Васильева А. Остеохондроз: избавьтесь от привычной боли**

Как вернуть гибкость и подвижность мышцам и суставам? Как защитить позвоночник от остеохондроза? Об этом вам расскажет Александра Васильева.

**Стручкова В. Аллергия: Современный взгляд на лечение и профилактику**

Эта книга поможет вам определить, каким именно видом аллергии вы страдаете, чем вызвано ее появление, какое рекомендуется лекарственное лечение, и как предотвратить приступы в будущем.

**Смородинцев А. Беседы о вирусах**

Научно-популярное издание расскажет о наиболее значительных успехах вирусологов нашего столетия, о том, как были побеждены некоторые опасные вирусные болезни.

**Прозоровский В. Б. Домашняя аптечка**

В книге доступно излагаются сведения о лекарственных веществах: формы выпуска, сроки хранения, рекомендации по применению.

Центральная городская библиотека

353290 г.

Горячий Ключ,

ул. Ленина, 203/1

е-mail:

*biblioteka.gorkluch@gmail.com*

**www.librarygk.ru**

Часы работы

10.00-18.00

Без перерыва

Выходной — понедельник

Последний день месяца — санитарный

**МБУК «ЦБС»**

**Центральная городская библиотека**

**Отдел методической работы**

**Если хочешь быть здоров…**

Рекомендательный список литературы



Горячий Ключ

2018