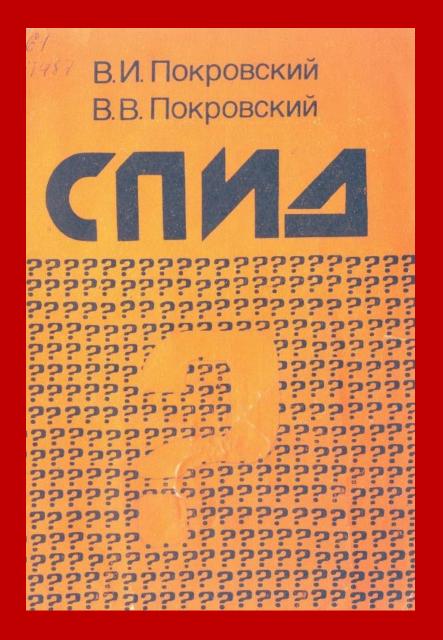
## ПОМНИТЬ, **4705**61 ЖИТЬ!



СПИД – самое худшее, что случилось в XX веке после Гитлера.

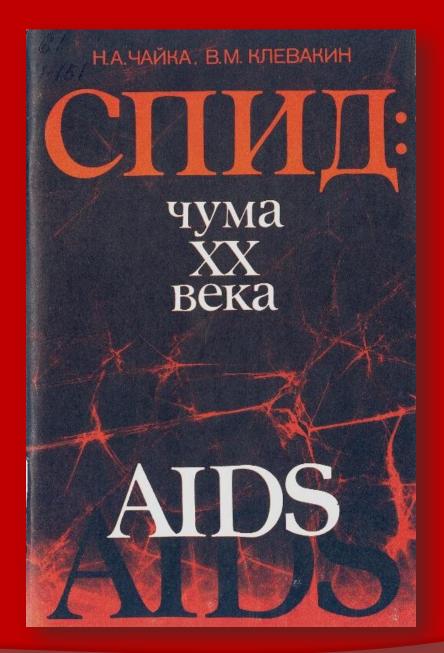
Мадонна



#### Покровский В.И.

СПИД. Синдром приобретённого иммунодефицита. - М., 1988.

Брошюра посвящена новой заразной болезни - "чуме XX века", - которая называется синдромом приобретенного иммунодефицита (СПИД). Наряду с медицинскими аспектами заболевания рассматриваются социальные корни СПИД, меры личной и общественной профилактики. Даны ответы на многие вопросы, тревожащие широкие круги читателей..



## Чайка Н.А., Клеванин В.М. Спид: чума XX века. - Л., 1989.

**СПИД** (синдром приобретенного иммуноде-фицита) - инфекция, распространяющаяся по миру со скоростью если не взрывной, то огненной волны.

Цель настоящего издания - с возможной простотой, но на современном научном уровне изложить в целом проблему СПИДа, показать доступные каждому и отнюдь не сложные пути личной и общественной профилактики опасной болезни.

#### Что такое СПИД и ВИЧ? Теория его происхождения.



СПИД – это вирусная болезнь, препятствующая борьбе организма против инфекций и раковых заболеваний. Зараженные СПИД люди легко поражаются большим количеством необычных и угрожающих жизни болезней. Эти болезни зачастую поддаются лечению, однако, успешных способов лечения, лежащей в их основе иммунной недостаточности, вызываемой вирусом не имеется.

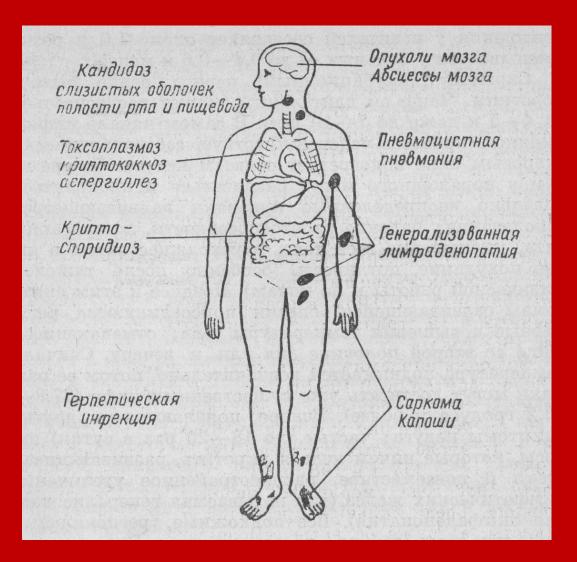
Возбудитель СПИДа – ВИЧ (вирус иммунодефицита человека). Название это было принято в 1986 году в качестве термина для обозначения вируса, вызывающего СПИД. Это название позволяет отличить вирус СПИДа от других

ретровирусов и указывает на автономные виды.

Он поражает иммунную систему человека и лишает его способности сопротивляться инфекции.







Органы и системы человека, поражаемые при СПИДЕ

### ВИЧ передаётся

#### Как происходит заражение



незащищенный (без презерватива) проникающий половой акт



передача вируса от ВИЧ-положитепьной матери ребенку



лечебно-диагностические манипуляции (переливание крови, инъекции)



использование нестерильного инструментария для татуировок и пирсинга



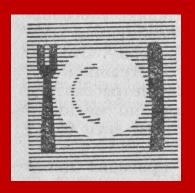
использование чужих бритвенных принадлежностей с остатками крови



совместное использование шприцев, игл и другого инъекционного оборудования









## При этих видах контактов ВИЧ не передаётся











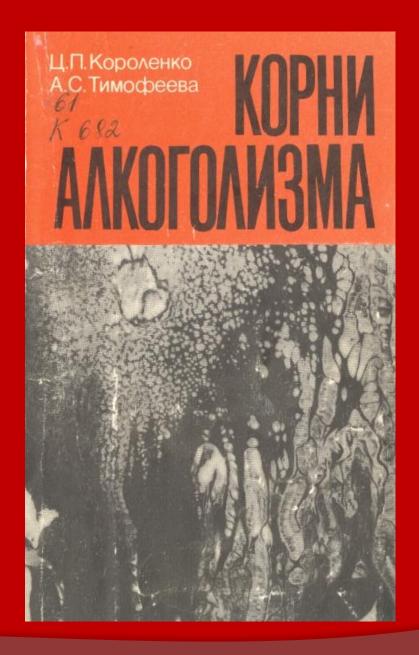
#### Гурски С.

Внимание – наркомания! - М., 1988.

В книге раскрываются личностные причины возникновения болезни и социальные предпосылки ее распространения; показаны как трагедия жертв этого порока, так и связанные с ним проблемы общества.

Автор знакомит с проявлениями болезни и способами борьбы с ней, а также с применяемыми методами лечения и социальной реабилитации наркоманов.





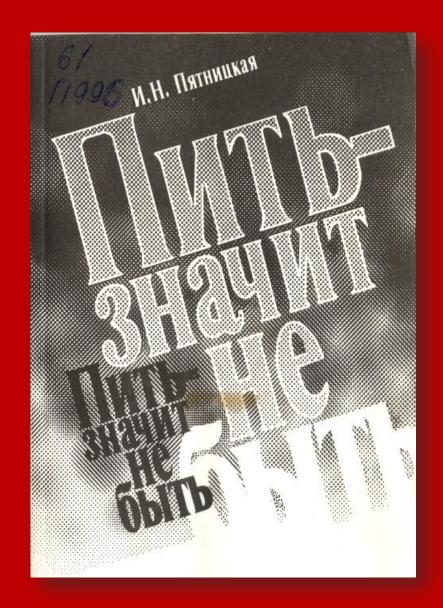
#### Короленко Ц.П.

Корни алкоголизма. - Новосибирск, 1986.

Авторы книги рассматривают основные медицинские, психологические, социальные проблемы алкоголизма в историческом аспекте.

Дают описание повышенного риска формирования алкоголизма, ранние признаки алкогольной зависимости.

Специальный раздел посвящен наследственности при алкоголизме. Большое внимание уделяют профилактике и лечению алкоголизма.

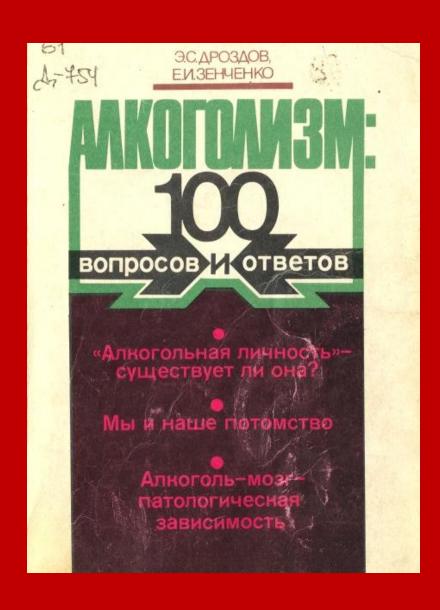


#### Пятницкая И. Н.

Пить - значит не быть. - М., 1987.

В издании рассказано о влиянии алкоголя на самого пьющего, на его потомство, значительное внимание уделяется раскрытию причин, толкающих людей на путь потребления спиртного.

Книга расширит представления читателей о закономерностях возникновения этого разрушающего личность заболевания, познакомит их с методами лечения больных.

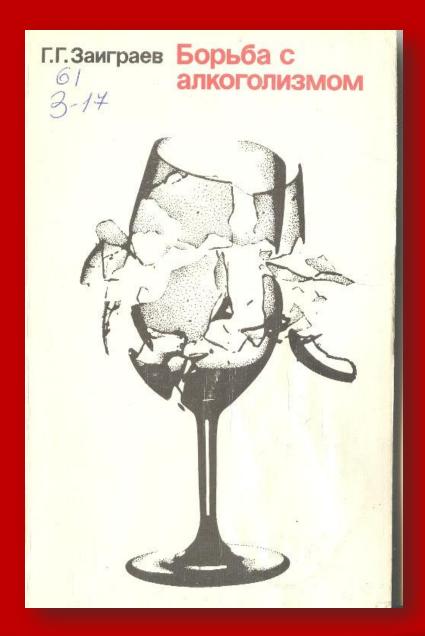


#### Дроздов Э.С.

Алкоголизм: 100 вопросов и ответов. - М., 1986.

Перед вами - своеобразная популярная «энциклопедия алкоголизма», построенная в форме вопросов и ответов и охватывающая широкий круг проблем. Название ее условно. Не пытайтесь с карандашом в руке подсчитать точное количество вопросов и ответов — их наверняка окажется больше ста, ведь каждый вопрос «тянет» за собой цепочку связанных с ним и соответственно растет число ответов.

Все аспекты проблемы охватить, разумеется, было невозможно, но та информация, что вошла в книгу, подана профессионально и на высоком научном уровне.



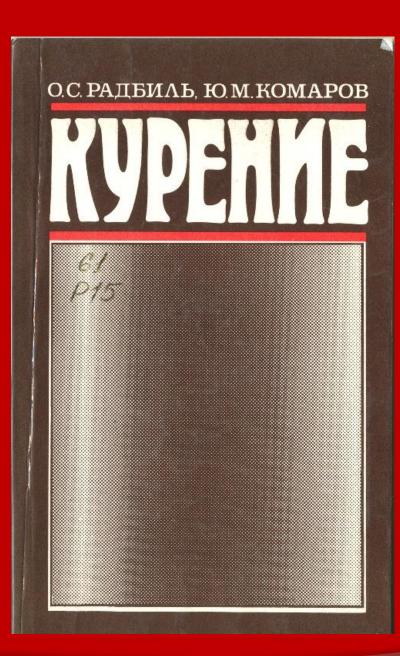
#### Заиграев Г. Г.

Борьба с алкоголизмом. - М. : Мысль, 1986.

Книга посвящена острой социальной проблемеборьбе с пьянством и алкоголизмом.

Автор раскрывает условия и причины, порождающие их, и последствия, к которым ведет употребление спиртных напитков, особо останавливаясь на вреде алкоголя для подростков и женщин; формулирует конкретные меры по профилактике пьянства и алкоголизма, основные направления борьбы с ними.

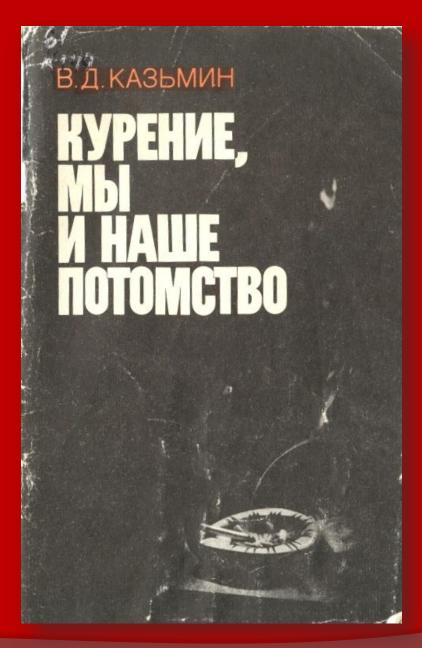
Изложение строится на большом конкретносоциологическом материале.



## **Радбиль О. С.**Курение. - М., 1988.

В работе обобщены и проанализированы результаты более чем 100 крупномасштабных научных исследований, выполненных в разных странах. Представлены данные о распространенности курения и влиянии различных компонентов табака и табачного дыма на функционирование отдельных органов и систем.

Особое внимание уделено анализу социальноэкономического ущерба, наносимого табакокурением, формам и способам борьбы с ним, а также основным методам лечения курильщиков.



#### Казьмин В.Д.

Курение, мы и наше потомство . - М., 1989.

Особую опасность курение таит в себе для женского организма.

Цель книги - доказательно, со строго научных позиций, показать вред курения, убедить бросить.



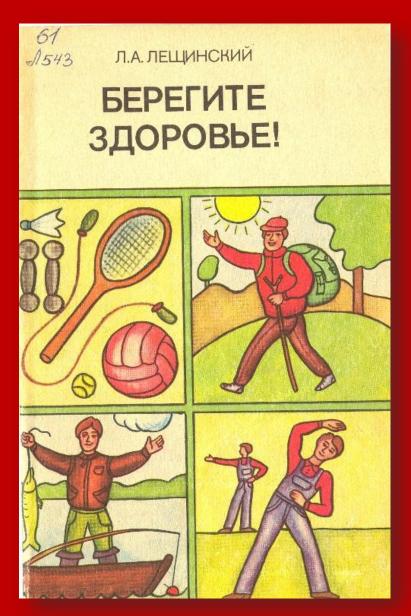
#### Стоппард М.

Бросим курить. - М., 1986.

В книге М. Стоппард «Бросим курить» содержатся конкретные рекомендации для тех, кто уже принял это важное решение, но не знает, как приступить к его осуществлению.

Автор обобщает богатый практический опыт со своими пациентами.

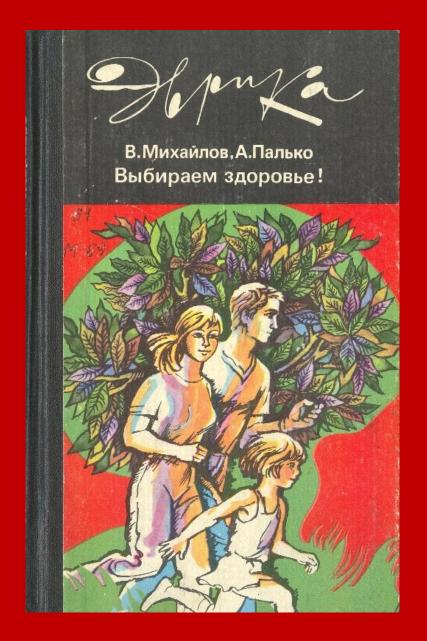




## **Лещинский Л. А.** Берегите здоровье! - М., 1985.

В брошюре подробно рассматриваются основные компоненты режима здоровой жизни, в том числе режим труда и отдыха, распорядок дня, методы физической тренировки, закаливание.

Особое внимание уделено вопросом воздержания от курения и употребления алкоголя. Даны советы по режиму здоровой жизни для пожилых и старых людей.

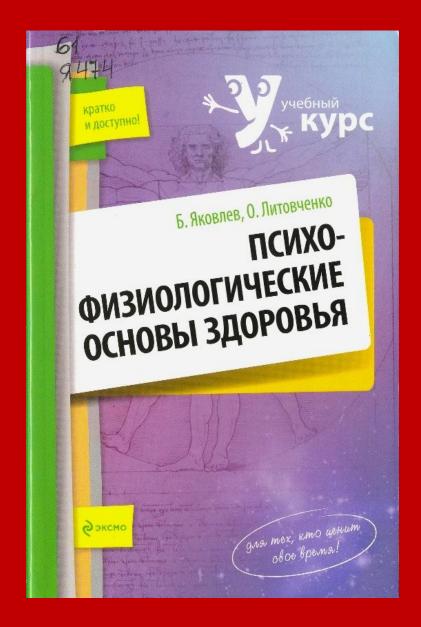


#### Михайлов В.

Выбираем здоровье! - М., 1985.

Как жить не болея, как достичь высокой трудоспособности, активного долголетия? Наверное, нет человека, который не задавал бы подобных вопросов.

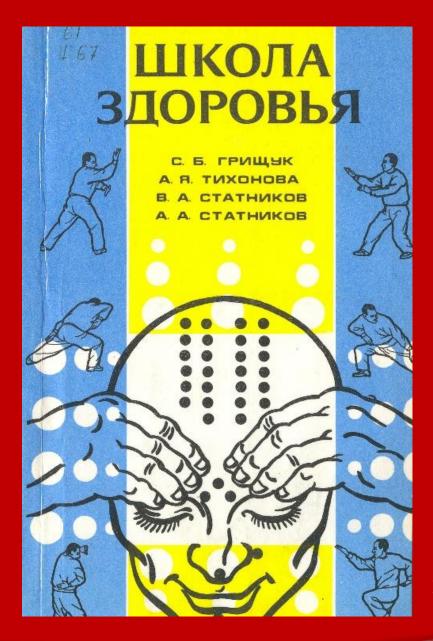
В своей книге кандидаты наук В.Михайлов и А.Палько предлагают читателю сделать первые шаги на пути к самоусовершенствованию, начав с укрепления здоровья.



#### Яковлев Борис Петрович.

Психофизиологические основы здоровья / Б.П. Яковлев, О.Г. Литовченко. - М.: ЭКСМО, 2010. - 288 с.

Учебное пособие посвящено психофизиологическим проблемам здоровья человека. Данное пособие рассматривает проблемы здоровья с разных сторон, придерживаясь целостности и системности представления

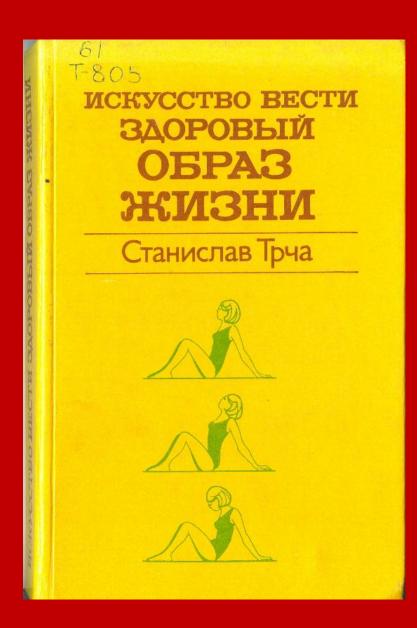


#### Грищук С. Б.

Школа здоровья. - Новосибирск, 1990.

Практическое пособие по освоению китайской гимнастики. Автор много лет занимается китайской системой психофизического совершенствования у-шу.

В первой части книги подробно описана методика проведения элементов классического массажа, а также - некоторых видов рефлекторного (точечный, восточный) и косметического массажа - по данным отечественной и зарубежной литературы.



#### Трча Станислав.

Искусство вести здоровый образ жизни. - М., 1984.

Данная книга посвящена различным вопросам поддержания и укрепления здоровья современной женщины. В книге приводятся краткие данные по анатомофизиологическим особенностям женского организма, даются практические советы поведения женщины при беременности, родах, в послеродовый период.

Большое место в книге уделяется правильному режиму дня, проведению закаливающих процедур, занятиям физкультурой и спортом, а также основам женской косметики.

Культ здоровья и красоты должен войти в наш образ жизни, войти смолоду! Чтобы вошли в быт систематические занятия физкультурой и спортом, бегом, ходьбой; правильное, рациональное питание; здоровый психологический климат дома и на работе. Всё это компоненты и факторы здорового образа жизни — в нём основа здоровья, профилактика заболеваний, основа активного творческого долголетия.

# Выставка абонемента научной литературы