



УЧЕБНЫЙ КЛАСС

4 ЧТО ТАКОЕ САХАРНЫЙ ДИАБЕТ?

Н.А. Черникова, Б.И. Валитов

ИЗБЫТОК ВЕСА – ЛИШНЯЯ ПРОБЛЕМА

ПОЧЕМУ Я НИКАК НЕ МОГУ ПОХУДЕТЬ?

8

А.А. Розанова



ОСЛОЖНЕНИЯ ДИАБЕТА

14 ВЕГЕТАТИВНАЯ НЕЙРОПАТИЯ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ – НОВОЕ ЛИЦО ИЗВЕСТНОГО ПРОТИВНИКА

Н.Ю. Басанцова

ДИАБЕТ. ДЕНЬ ЗА ДНЕМ

18 ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ ИММУННОЙ СИСТЕМЫ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ И ПРОФИЛАКТИКА ВИРУСНО-БАКТЕРИАЛЬНЫХ ИНФЕКЦИЙ

Е.Н. Ерохина



ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

ВСЁ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ ОБ ОРЕХАХ

21

О.П. Пьяных

РЕЦЕПТЫ СО ВСЕГО СВЕТА

ПОЛЬЗА И УДОВОЛЬСТВИЕ

28

ШКОЛА МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

РОЛЬ ХРОМА В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА

32

М.А. Джусоева



СЕРДЦЕ И ДИАБЕТ

37 СОСТОЯНИЯ, КОТОРЫЕ УГРОЖАЮТ ЖИЗНИ

Е.В. Карпова



АЗБУКА ДИАБЕТА

43 ИНСУЛИНО- РЕЗИСТЕНТНОСТЬ — ЭТО ХОРОШО ИЛИ ПЛОХО?

Л.Д. Павлюнина



ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

46 ПРЕДУПРЕДИТЬ БЕДУ

И.В. Высоцкая, Т.И. Дэпюи,
В.П. Летягин

МУЖСКОЕ ЗДОРОВЬЕ

МЕТАБОЛИЧЕСКИЕ СВОЙСТВА ТЕСТОСТЕРОНА

53

Л.Л. Камынина



ВОЗВРАЩАЯСЬ К НАПЕЧАТАННОМУ

57 ВСТАЕМ – ЖИТЬ СИДЯ СЛИШКОМ ВРЕДНО!

И.О. Курочкина

НОВОСТИ НАУКИ И ТЕХНОЛОГИЙ

61