

PÉČE O ZDRAVÍ



VĚDECKÁ KNIHOVNA
UNIVERZITY J.E.PURKYNĚ



PÉČE O ZDRAVÍ

Zdraví člověka ovlivňuje kvalitu jeho života. Ať už se jedná o zdraví fyzické, či duševní. Ve fondu knihovny máme k dispozici řadu zajímavých knížek, které se zdraví věnují jak z pohledu tělesného, pohybového nebo duševního. Výběr z těchto knih je k vidění ve vitrínách ve volném výběru a v přízemí knihovny během května a června 2024.

Seznam vystavených publikací:

- Domácí první pomoc dětem: co dělat při nehodách, poraněních či nemocech.* Přeložil Miroslava LÁNSKÁ. Esence. Praha: Euromedia, 2018. ISBN 978-80-7549-616-4.
- První pomoc zážitkem.* Brno: Computer Press, 2009. ISBN 978-80-251-2564-9.
- Psychologie zdraví: biologické, psychosociální, digitální a spirituální aspekty.* Psyché. Praha: Grada, 2021. ISBN 978-80-271-2569-2.
- AKYOLOVÁ, Aylin K. *Jóga pro zdravé emoce a imunitu.* V Brně: CPress, 2021. ISBN 978-80-264-3714-7.
- ASPREY, Dave. *Hacknuté tělo: zpomalte stárnutí a žijte déle jako superčlověk.* Přeložil Ondřej DOSEDĚL. Brno: Zoner Press, 2021. ISBN 978-80-7413-450-0.
- BELEJOVÁ, Hana. *První pomoc: "kdy jindy než teď, kdo jiný než Ty?"*. Knihovnicka.cz. Brno: Tribun EU, 2016. ISBN 978-80-263-1043-3.
- BERNATOVÁ, Eva. *Příručka první pomoci pro celou rodinu.* Ilustroval Jakub POŽÁR. Praha: Mladá fronta, 2014. ISBN 978-80-204-3396-1.
- BLACKBURN, Elizabeth H. *Telomery: revoluční objev, jak žít déle a zdravěji.* Přeložil Jan KOZÁK. Populárně naučná. V Brně: Jota, 2017. ISBN 978-80-7565-166-2.
- CARDOZA, Steven. *Praktická cvičení podle čínské medicíny.* Frýdek-Místek: Alpress, 2014. ISBN 978-80-7466-354-3.
- DUTKOVÁ, Andrea. *Jak vnímat stres: průvodce pro vnitřní pohodu.* Zdraví & životní styl. Praha: Grada, 2023. ISBN 978-80-271-2568-5.
- DVOŘÁK, Aleš. *Do formy: společně i každý zvlášť.* Neratovice: Verbum, 2020. ISBN 978-80-906706-5-5.
- DVOŘÁK, Jiří. *Zdraví nad zlato.* Přeložil Eva ONDROUŠKOVÁ. Praha: Grada, 2022. ISBN 978-80-271-3853-1.
- EPSTEIN, Donald M. *34 mýtů o zdraví: jak se zbavit jejich vlivu.* Praha: Grada, 2014. ISBN 978-80-247-4106-2.
- FELIX, Ondřej. *Neodkladné stavy do kapsy.* Praha: Galén, [2019]. ISBN 978-80-7492-413-2.
- GOLOBOVOVÁ, Blanka. *Epigenetika: chytrý průvodce pro každý den : výživa, zdraví, hubnutí, sportovní výkonnost, antiaging.* Praha: Blue step, 2019. ISBN 978-80-905767-3-5.
- GUO, Changqing. *Kompletní průvodce automasáží: přirozený způsob prevence a léčby pomocí tradiční čínské medicíny.* Přeložil Martin PAVELKA. Praha: Alpha Book, 2020. ISBN 978-80-87529-55-3.
- HOLCOVÁ, Martina. *Lesní mysl: jak prohloubit léčivé účinky lesa : jednoduché tipy a cvičení pro zdraví.* Praha: Eminent, 2021. ISBN 978-80-7281-563-0.
- HONZÁK, Radkin. *Psychosomatická prvouka.* V Praze: Vyšehrad, 2017. ISBN 978-80-7429-912-4.
- HONZÁK, Radkin. *I v nemoci si buď přítelem.* Druhé, revidované a doplněné vydání. Universum. Praha: Euromedia Group, 2021. ISBN 978-80-242-7290-0.
- HRNČÍŘOVÁ, Martina. *Klidná mysl v dobách zlých: co duši dnešního člověka ničí a co ji uzdravuje.* Praha: Dokořán, 2022. ISBN 978-80-7675-070-8.
- KOLÁŘ, Pavel. *Labyrint pohybu.* Rozhovory. Praha: Vyšehrad, 2018. ISBN 978-80-7429-975-9.

KOMÁREK, Stanislav. *Tělo, duše a jejich spasení, aneb, Kapitoly o moci, nemoci a psychosomatice*. Praha: Academia, 2015. ISBN 978-80-200-2371-1.

KUGELSTADT, Alexander. *Psychosomatická medicína: když tělo a duše volají o pomoc, ale lékaři nemohou nic najít*. Přeložil Ivana KRAUS. Olomouc: Fontána, [2021]. ISBN 978-80-7651-064-7.

LEJSEK, Jan. *První pomoc. 2.*, přeprac. vyd. Praha: Karolinum, 2013. ISBN 978-80-246-2090-9.

LIEBERMAN, Daniel. *Příběh lidského těla: evoluce, zdraví a nemoci*. Přeložil Jaromír VICARI. Pod povrchem. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2016. ISBN 978-80-7555-005-7.

MALÁ, Lucie. *První pomoc pro všechny situace: v souladu s evropskými doporučeními 2015*. Ilustroval Radek BENDA. Praha: Vyšehrad, 2016. ISBN 978-80-7429-693-2.

MCALARY, Brooke. *Pomalů: žít život jednoduše*. Přeložil Pavel PELÉŠEK. V Brně: Jota, 2020. ISBN 978-80-7565-714-5.

MIYAZAKI, Yoshifumi. *Shinrin-yoku: lesní terapie pro zdraví a relaxaci - inspirujte se Japonskem*. Přeložil Jana BÍLKOVÁ. Praha: Grada, 2018. ISBN 978-80-271-0778-0.

MOTHEJZÍKOVÁ, Kristýna. *Bříšani: příběh o jídle, trávení a našem mikrobiomu pro děti i jejich rodiče*. Autor úvodu Radkin HONZÁK. V Praze: Vyšehrad, 2020. ISBN 978-80-7601-310-0.

NEŠPOR, Karel. *Léčivá moc smíchu: smích a zdraví, smích a vztahy, smích a práce, smích a výchova*. Vyd. 3., rozš. Praha: Vyšehrad, 2007. ISBN 978-80-7021-878-5.

NIŽŇANSKÁ, Barbara. *Doktor junior: zdravotní věda do kapsy*. Ilustroval Antonín ŠPLÍCHAL. V Praze: Fragment, 2022. ISBN 978-80-253-5939-6.

PERGLER, Jan. *Jak se z toho nezbláznit: duševní zdraví, zdravý rozum a odolnost v čase krize*. Praha: Zeď, 2021. ISBN 978-80-907909-6-4.

PETERKOVÁ, Michaela. *Kurz duševní rovnováhy: zbaťte se stresu, napětí a úzkosti*. Praha: Portál, 2014. ISBN 978-80-262-0585-2.

PETRŽELA, Michal. *První pomoc pro každého. 2.*, doplněné vydání. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5556-4.

RICHTEL, Matt. *Zázračná imunita: pochopte fungování imunitního systému a zlepšete své zdraví*. Přeložil Aleš DROBEK. Pod povrchem. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2023. ISBN 978-80-7555-183-2.

SELYE, Hans. *Stres života*. Přeložil Petra KUDRNÁČOVÁ. Hodkovičky: Pragma, [2016]. ISBN 978-80-7349-392-9.

SIMPSON, Paula. *Užitečné bakterie pro zdravou pokožku: pečujte o svůj kožní mikrobiom s pre- a probiotiky*. Přeložil Tereza BAŠTÁŘOVÁ. Praha: Grada, 2022. ISBN 978-80-271-1304-0.

SMITH, Virginia. *Dějiny čistoty a osobní hygieny*. Autor úvodu Milena LENDEROVÁ. Praha: Academia, 2011. ISBN 978-80-200-1885-4.

SMITH, Julie. *Proč mi tohle nikdo neřekl dřív?* Přeložil Anna JANČÍKOVÁ. Via. Praha: Dobrovský, 2023. ISBN 978-80-277-1415-5.

SONNENBURG, Justin. *Zdravá střeva: poznejte tajemství mikrobioty a získejte dlouhodobou kontrolu nad svou váhou, náladou a zdravím*. Přeložil Filip DRLÍK. Fit & food. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2016. ISBN 978-80-7555-999-9.

