

Что нужно делать чтобы сохранить здоровье и не болеть сердечными болезнями (2018)?

ISSN 1560-4071
EISSN 2618-7530



РОССИЙСКИЙ
КАРДИОЛОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ РЕЦЕНЗИРУЕМЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ ЖУРНАЛ

РОССИЙСКОЕ КАРДИОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЩЕСТВО

Кардиоваскулярная профилактика 2017. Российские национальные рекомендации

Авторы/члены Комитета экспертов по разработке

Национальных рекомендаций:

С.А. Бойцов (Председатель),

Н.В. Погосова (Председатель),

М.Г. Бубнова, О.М. Драпкина,

Н.Е. Гаврилова, Р.А. Еганян,

А.М. Калинин, Н.С. Карамнова,

Ж.Д. Кобалава, А.В. Концевая,

В.В. Кухарчук, М.М. Лукьянов,

Г.Я. Масленикова, С.Ю. Марцевич,

В.А. Метельская, А.Н. Мешков,

Р.Г. Оганов, М.В. Попович,

О.Ю. Соколова, О.Ю. Сухарева,

О.Н. Ткачева, С.А. Шальнова,

М.В. Шестакова, Ю.М. Юферева,

И.С. Явелов



№ 6 | 2018

РЕПРИНТ

О том, полезен ли алкоголь для сердца, что нужно делать чтобы не заболеть сердечными заболеваниями, как питаться и двигаться существует замечательная публикация Российского научного общества кардиологов. Здесь рекомендации даны не произвольно, не из предположений, а на основании серьезных научных исследований.

Часто слышу “этот великий доктор сказал, что ... полезно для сердца”. Посмотрите [здесь](#), что об этом говорит наука.

Рекомендую всем, кто спрашивает, “чем питаться?”, “что пить?” и “что можно и что нельзя для сердца?”.

([скачать pdf](#))