

## Медицина и здоровье



### **Наталья Стрельникова. Еда, которая лечит диабет**

*Наталья Стрельникова, автор известных книг по здоровому образу жизни, не понаслышке знакома с проблемами диабетиков. Она много работала с пациентами диабетических центров, глубоко вникая в их проблемы. А потом эта тяжелая болезнь коснулась и ее семьи. Долгие годы во время многочисленных поездок по всему миру она собирала рецепты простых, дешевых и вкусных блюд, которые не просто безвредны при диабете, но именно исцеляют. По этим рецептам готовят и ее подопечные и она сама. И вот теперь наконец эта поразительная кулинарная книга - у вас в руках. Восхитительные супы, нежные суфле, самые необычные каши, овощи на пряных травах, закуски с ароматными специями и душистые чаи - и все это только из продуктов, полезных при диабете, в рецептах, собранных автором от Японии до Южной Америки. Традиционная кухня разных народов, и русские национальные блюда, и, конечно, современная кухня - самого изысканного вкуса - против диабета!*



### **Николай Даников. Очищение от паразитов**

*В этой книге даны практические советы по очищению организма от различного вида паразитов. Вы узнаете, как избавиться не только от гельминтов, но и как правильно питаться, соблюдать правила приготовления пищи и гигиены.*