



Ай сайын шығатын республикалық журнал 8 2021

Денсаулық

Ай сайын шығатын республикалық түрлі-түсті суретті ғылыми-көпшілік журнал

Денсаулық

ISSN №0868-4782 2021 жыл, тамыз. Алматы.

Журнал 1929-31 жылдары “Денсаулық жолы” деген атпен шығып тұрған. 1990 жылдан “Денсаулық” деген атпен шығады.

Журналдың бұрынғы редакторлары:

Мұқамбетқали Тәтімов (1929-1930)
Бисенғали Әбдірахманов (1930-1931)
Санжар Асфендияров (1931)
Бейбіт Қойшыбаев (1990-1991)
Жақсылық Түменбаев (1992-1993)

Бас редактор: **Молдахмет ҚАНАЗ**

Редакция алқасы:

Ұлбосын ҚАНАЗ - *бас редактордың орынбасары.*
Жангентхан АБЫЛАЙҰЛЫ - *ғылыми кеңесші.*
Ақбота ҚҰЛМАНБЕТОВА - *көркемдеуші редактор.*

Құрылтайшы: “Денсаулық” жауапкершілігі шектеулі серіктестігі. Журнал Қазақстан Республикасының Мәдениет және ақпарат министрлігінде 2008 жылдың 3 қаңтарында қайта тіркеліп, тіркеу туралы №8888-Ж куәлігі берілген

Ақылдастар алқасы:

ОРДАБЕКОВ Сағындық
ОРМАНТАЕВ Камал
ТӨЛЕҒАЛИЕВА Ажар
ТІЛЕГЕНОВА Ұлпаш
ТІЛЕУБЕРГЕНОВ Жұбан
ШАРМАНОВ Төрегелді
ІЗМҰҚАМБЕТОВ Талапқали

Жауапты редактор: Ұлбосын ҚАНАЗ
Редакцияның компьютер орталығында терілді.
Көркемдеп, беттеген: Ақбота ҚҰЛМАНБЕТОВА

Басуға 25.07.2021 ж. қол қойылды. Пішімі 84x108^{1/16}. Офс. басылым. Шартты баспа табағы 4.0. Есептік баспа табағы 6,2
Таралымы: 1380. Тапсырыс № 6096.

Редакцияның мекен-жайы:

050009, Алматы қаласы, И.Кәрімов көшесі, 81 үй,
Телефондар: 374-61-95, 374-62-21 (факс)

e-mail: densaulik@mail.ru

Қазақстан Республикасы “Полиграфкомбинат” ЖШС
050002, Алматы қаласы, М.Мақатаев көшесі, 41

Қай дәріні болмасын дәрігердің рұқсатынсыз қолдану қауіпті екендігін ескертеміз

Бұл санда:

С. Ордабеков COVID-19-бен күресте шейіт болған дәрігерлердің есімдері ұмытылмайды	2
Н. Мурашкин Атопиялық дерматит	4
Бал қосылған итмұрын шайы	5
Қ. Ізтілеуова Жүрекке еркін тыныс сыйла	6
Э. Гарифуллина Бала өзіне сенімді болсын десеңіз...	8
З. Байқабылова Асқазан-ішек жолдары ауруларының алдын алу	10
Тамақ ауырмау үшін	11
Ұ. Тоғысов Майтабан	12
Жаздағы бет күтімі	14
Ұйқысыздық себепсіз болмайды	15
Ю. Ли Альцгеймер сырқаты	16
С. Қалиев Сұлы	19
Д. Сәкенқызы Бүйрек ауруларының алдын алу	24
Ашытқан қырыққабат	24
Ш. Әлімбекова Өміріңді жақсы жаққа өзгерткің келсе...	27
Психологияға қатысты қызықты деректер	27
А.Бернацкий Ең ұзақ ұйқы	28
Ыстыққа төтеп беру үшін	30
Жүйкенің емі	31

1-мұқабада: Коронавирус індетіне қарсы күреске зор үлес қосқан медицина қызметкерлеріне арнап тұрғызылған «Алтын жүрек» ескерткіші.
Нұр-Сұлтан қаласы.