

ОҚУ ЗАЛЫ



Ай сайын шығатын республикалық журнал 2 2022

**Денсаулық**

Ай сайын шығатын республикалық түрлі түсті суретті ғылыми-көпшілік журнал

# Денсаулық

ISSN №0868-4782 2022 жыл, ақпан. 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.

Жангөнтхан 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

ТІЛЕУБЕРГЕНОВ Жұбан

ОРМАНТАЕВ Камал

ШАРМАНОВ Төрегелді

ТӨЛЕҒАЛИЕВА Ажар

ІЗМҰҚАМБЕТОВ Талапқали

ТІЛЕГЕНОВА Ұлпаш

Жауапты редактор: Ұлбосын ҚАНАЗ

Редакцияның компьютер орталығында терілді.

Көркемдеп, беттеген: Ақбота ҚҰЛМАНБЕТОВА

Басуға 25.01.2022 ж. қол қойылды. Пішімі 84x108<sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Офс. басылым. Шартты баспа табағы 4.0. Есептік баспа табағы 6,2  
Таралымы: 1292. Тапсырыс № 6589.

Редакцияның мекен-жайы:

050009, Алматы қаласы, И.Кәрімов көшесі, 81 ұй,

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:

ОҚУ ЗАЛЫ

<b>Қ.Сейітжаппаров</b>	
Гломерулонефрит	2
<b>В.Лескова</b>	
Мастопатия – сүт бездерінің ауруы	4
<b>Р.Құлманбетов</b>	
Сәбидің алғашқы тістерінің шығуы және ондағы бұзылыстар	6
<b>Г.Сүгірәлиева</b>	
Бір жасар баланың күн тәртібі және күтімі	8
<b>Ү.Шайхисламова</b>	
Жүктілік және спорт	10
<b>Ұ.Қаназ</b>	
Қандай су пайдалы?	12
<b>Қ.Әлиқызы</b>	
Көзге арналған жаттығулар	14
<b>К.Блохин</b>	
Дағдарыс кезінде өз-өзіңе көмек	16
<b>Б.Әлімжанов</b>	
Пандемия	18
Жаңа белесіңіз құтты болсын!	22
Аллергияны жеңдік пе?	23
Бауыр және өт қабы	24
Щетка таңдауда ескеретін 5 жайт	25
<b>С.Жидекбаев</b>	
Қарт және орта жастағы адамдардың дене белсенділігі	26
<b>С.Ордабеков</b>	
Қазақтың алғашқы дәрігер қыздары	28
<b>С.Бернацкий</b>	
Шапшаң оқу рекордтары	30

**1-мұқабда:** жоғары санатты дәрігер-вирусолог А.Қ.РАХЫМБАЕВА  
(Ол туралы мақаланы 22-беттен оқи аласыз)

«С.Ж. Асфендияров атындағы  
«Қазақ ұлттық медицина  
университеті»  
Ғылыми-өдістемелік бөлімі

767018