



СОДЕРЖАНИЕ

МОЗГ ЧЕЛОВЕКА КАК МЕХАНИЗМ ПРОТИВОСТОЯНИЯ НЕГАТИВНЫМ ВЫЗОВАМ ОКРУЖАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	3
РАЗВИТИЕ МОЗГА.....	10
Основные периоды	10
Как стимулировать свои способности.....	17
НЕМНОГО О СТРОЕНИИ МОЗГА.....	21
Полушария мозга	21
Части мозга.....	22
Важнейший орган	27
ОСОБЫЕ СПОСОБНОСТИ МОЗГА.....	29
Исследования нейробиологии	29
Что даёт и что требует мозг.....	31
ИСТОРИЯ ИЗУЧЕНИЯ МОЗГА.....	36
Знаменательные открытия	36
Современные взгляды на резервы мозга.....	51
ТАЙНЫ ГЕНИАЛЬНОСТИ.....	55
Гениальность — отклонение	55
Гениальность и высокий уровень IQ	57
Способность мыслить иначе	58
Масса мозга	60
Нейронные цепочки	63
Области мозга	65



Развитие необыкновенных способностей.....	67
Ум и действительность	70
ТАЙНЫ ТУПОСТИ	72
Врождённая особенность мозга	72
Показатели тупости	73
Причины низкого интеллекта.....	80
Способы подняться.....	82
БОЛЕЗНИ	85
Головная боль	85
Болезнь Паркинсона	86
Болезнь Альцгеймера.....	88
Шизофрения.....	89
Биполярное аффективное расстройство	91
Депрессии.....	95
Тревожное состояние.....	97
Алкогольная зависимость	98
Аутизм.....	101
Нимфомания.....	102
Эпилепсия	104
ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ НАРУШЕНИЯ	
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ГОЛОВНОГО МОЗГА	109
На что обратить внимание	109
Группы заболеваний	110
Примеры из истории.....	111
Опухоли	111
Алкогольная энцефалопатия.....	113
Аневризма	114
Инфекционные болезни	115
ЧТО УЛУЧШАЕТ МОЗГОВУЮ	
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ	123
Роль нейронной сети	123
Обучение.....	125
Способы улучшения работы мозга	126
Методы.....	126
Подготовка к развитию способностей мозга	129
Работа с полушариями мозга.....	130



Полезные продукты для мозга.....	137
Против деменции	143
Выводы	148
ЧТО УХУДШАЕТ РАБОТУ МОЗГА	150
Бездействие клеток	150
Вредные привычки.....	151
Заболевания.....	155
Артериальная гипертензия	155
Сахарный диабет.....	156
Инсульт	156
Хроническая боль.....	157
Вредные продукты	158
Профилактика	159
ГОЛОВНАЯ БОЛЬ	162
Виды головной боли.....	162
Фитотерапия при частых головных болях.....	181
ПИТАНИЕ ДЛЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА	185
Витамины и микроэлементы для сосудов	
головного мозга	185
Продукты и блюда для сосудов головного мозга.....	188