

Министерство культуры и туризма Калужской области
Государственное бюджетное учреждение культуры Калужской области
«Калужская областная научная библиотека им. В. Г. Белинского»
Отдел медицины и экологии

Метеозависимость

рекомендательный указатель



Калуга, 2026

ББК 28.7

М 54

Составитель: Федосеева С.И.

Ответственный редактор: Кузнецова Е.В.

Ответственный за выпуск: Аржанкова М.Е.

*Метеозависимость : рекомендательный указатель литературы /
Министерство культуры и туризма Калужской области; ГБУК КО
«Калужская областная научная библиотека им. В.Г. Белинского»; Отдел
медицины и экологии; сост. С.И. Федосеева; отв. ред. Е.В. Кузнецова. -
Калуга: [ГБУК КО «КОНБ им. В.Г. Белинского»], 2026. -9 л.*

©ГБУК КО «КОНБ им. В.Г. Белинского», 2026

Метеочувствительность (другие названия: метеозависимость, метеопатия) — повышенная чувствительность организма к изменениям погодных условий.

Организм реагирует на колебания атмосферного давления, температуры, влажности воздуха, ветра, осадков, солнечного излучения, геомагнитных бурь. Состояние развивается при нарушении работы сердечно-сосудистой, эндокринной, дыхательной, иммунной и других систем.

Некоторые симптомы метеочувствительности: скачки артериального давления; головная боль, головокружение; тошнота, рвота; слабость, сонливость, раздражительность; боли в суставах, мышцах; сдавливание в груди, сердцебиение; затруднённое дыхание; ухудшение настроения, тревожность; заложенность ушей, шум в голове; обострение хронических заболеваний.

Особенно часто метеочувствительность проявляется у пожилых, беременных, людей с хроническими заболеваниями.

Официальная медицина не рассматривает метеочувствительность как заболевание. Если симптомы сильные, снижают качество жизни и мешают привычным делам, рекомендуется обратиться к врачу.

В данном указателе собраны печатные издания по теме, находящиеся в фондах Калужской областной научной библиотеке имени В.Г. Белинского. Кроме этого, можно, пройдя по ссылке, познакомиться со статьями из Электронной библиотеки «ИВИС» (доступ после регистрации в отделе медицины и экологии КОНБ им. В.Г. Белинского), «Киберленика» и elibrary.ru (ЭБ открытого доступа).

- 1. Агаджанян, Николай Александрович. Человек и биосфера : медико-биологические аспекты / Н. А. Агаджанян. - Москва : Знание, 1987. - 93, [2] с. : ил. ; 20 см. - (Народный университет. Естественнонаучный факультет). - Текст : непосредственный.**

Наша планета меняет свой облик. Однако природа и биологические свойства человеческого организма не могут изменяться такими же темпами, как темпы научно-технического прогресса. Может ли организм человека адаптироваться к непрерывно изменяющимся условиям? Что является залогом этого? Какова роль биоритмов и жизнедеятельности организма человека?

На эти и другие вопросы читатель найдет ответ в книге, адресованной слушателям народных университетов естественнонаучных знаний, а также широкому кругу читателей. Книга находится в читальном зале библиотеки.

- 2. Бубличенко, Михаил Михайлович. Метеозависимые люди: как оставаться здоровым в условиях изменяющегося климата / М.М. Бубличенко. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. - 221 с. ; 21 см. - (Живая линия). - Библиогр.: с. 213-217. - ISBN 978-5-222-16144-9.**

Книга рассказывает о воздействии атмосферных явлений на здоровье человека, о том, как оставаться здоровым и не быть зависимым от природных явлений. Даны практические рекомендации для людей, страдающих от капризов погоды, — они позволяют снизить, иногда даже предупредить негативное воздействие метеорологических факторов на состояние здоровья. Важнейшую часть книги составляют практические рекомендации, которые применимы на практике.

Книга находится в отделе медицины и экологии

- 3. Воробьев, Андрей Владимирович. Метеоинформатика : геомагнитные вариации и космическая погода / А.В. Воробьев, Г.Р. Воробьева. - Москва : Инновационное машиностроение, 2017. - 139 с. : ил., цв. ил., табл. ; 21 см. - Библиогр.: с. 134-139 (50 назв.). - ISBN 978-5-9909601-1-4.**

В монографии сформулированы цели, задачи, методы и аксиомы метеоинформатики, описаны её связь с другими науками. Приведена структура, технологии, система классификации, примеры реализации и эксплуатации метеоинформационных систем применительно к задачам мониторинга параметров космической погоды, геомагнитного поля и его вариаций.

Издание предназначено для специалистов в области геоинформатики, картографии, гидрометеорологии и смежных наук. Книга находится в отделе книгохранилища.

- 4. Григорьев, Константин Иванович. Стресс и метеоадаптация в детском возрасте : [монография] / К.И. Григорьев. - Москва : МЕДпресс-информ, 2018. - 310 с. : ил ; 16 см. - Библиогр.: с. 293-310. - ISBN 978-5-00030-576-8.**

Издание предназначено для врачей-педиатров, а также медицинских работников, интересующихся вопросами адаптации, вегетологии и метеопрофилактики.

В монографии представлены современные сведения об адаптации детей и теории стресса применительно к детской практике. Здесь можно найти информацию о синдромах вегетативной дистонии и повышенной метеочувствительности у детей как клинически манифестные формы нарушений адаптации.

Сформулированы принципы помощи детям с нарушенной адаптацией и метеочувствительностью, что свойственно прежде всего детям с хроническими заболеваниями. Даны основы организации профилактики и лечения наиболее распространённых болезней с учётом дизадаптации и

влияния на организм ребёнка неблагоприятных погодных факторов.. Книга находится в отделе медицины и экологии.

- 5. Дубров, Александр Петрович. Лунные ритмы у человека : (краткий очерк по селеномедицине) / А. П. Дубров. - Москва : Медицина, 1990. - 159, [1] с. : ил. ; 20 см. - Библиография: с. 138-158. - ISBN 5-225-00764-3. - Текст : непосредственный.**

Монография Александра Петровича Дуброва, изданная в 1990 году издательством «Медицина», посвящена селеномедицине — направлению науки, изучающему влияние Луны на жизнедеятельность человека. Автор показывает значение смены лунных фаз и приливных явлений в функционировании организма человека в норме и при патологии.

Книга есть в отделе медицины и экологии и в отделе книгохранилища.

- 6. Мазурин, Андрей Владимирович. Метеопатология у детей : научное издание / А. В. Мазурин, К. И. Григорьев. - Москва : Медицина, 1990. - 142, [2] с. : ил. ; 20 см. - Библиогр.: с. 139-143. - ISBN 5-225-01175-0. - Текст : непосредственный.**

В монографии двух врачей—педиатров анализируется влияние различных погодных и климатических факторов, сезонов года и суточной периодики на детей, страдающих различными заболеваниями. Описаны теоретические предпосылки и практическое использование результатов изучения метеопатологии в педиатрической практике. Рассмотрена возможность ослабления неблагоприятного воздействия указанных факторов при болезнях сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, желудочно-кишечного тракта, системы крови у детей. Предназначено издание для педиатров, курортологов, гигиенистов.

Книга находится в отделе медицины и экологии.

- 7. Мизун, Юрий Гаврилович. Наше здоровье и магнитные бури / Ю. Г. Мизун, В. И. Хаснулин . - Москва : Знание, 1991. - 190, [1] с. - (Народный университет. Естественнонаучный факультет). - ISBN 5-07-001265-7. - Текст : непосредственный.**

Авторы рассматриваются космические факторы, которые действуют на биосферу и влияют на здоровье человека: магнитные бури, электрические поля, инфранизкочастотные излучения, колебания магнитного поля Земли.

Некоторые вопросы, на которые отвечает издание: как согласуется ритм эпидемий с ритмом солнечной активности, как влияет магнитное поле Земли на здоровье, почему нужны медицинские прогнозы неблагоприятных для здоровья периодов.

Книга находится в отделе медицины и экологии, в читальном зале и книгохранилище.

- 8. Трошин, Владимир Дмитриевич. Погода и здоровье : научите себя не зависеть от погоды / Владимир Трошин. - Москва : Центрполиграф, 2004. - 189, [2] с. : ил. ; 20 см. - ISBN 5-9524-0593-2.**

В книге рассказывается о влиянии погоды и климата на организм человека, о том, как уберечься от неблагоприятных погодно-метеорологических факторов. Особое место отводится биологическим ритмам человека и их нарушениям (десинхронозам), геопатогенным зонам и геопатиям, которые связаны с состоянием гелиофизических факторов и здоровьем человека.

В библиотеке 2 экземпляра книги находятся на абонементе.

- 9. Хаснулин, Вячеслав Иванович. Космические тайны вашего самочувствия / В. И. Хаснулин. - Новосибирск : Наука. Сибирское отделение, 1992. - 176 с : ил. - Библиография: с. 172-175. - ISBN 5-02-030298-8. - Текст : непосредственный.**

В книге Вячеслава Ивановича Хаснулина, доктора медицинских наук, автора долгосрочных медико-геофизических прогнозов, рассматриваются причины недомоганий, бессонницы, головных болей, которые могут возникать у практически здоровых людей в так называемые «тяжёлые дни». Автор даёт советы, как избежать неприятностей и сохранить хорошее самочувствие, включая диеты, гимнастику и медитацию. Книга находится в отделе медицины и экологии.

Подписная электронная библиотека ИВИС

1. Влияние качества окружающей среды на расселение и здоровье населения Баку/ Рзаева С.И., Мамедова А.Р., Мирзаева З.А., Гусейнова Т.М.—Текст : электронный //Региональные геосистемы.—2025.—30 августа.—URL: <https://eivis.ru/browse/doc/106986012> (дата обращения: 13.01.2026).
2. Кузьменко, Н. В. Зависимость цирканнуальной динамики артериального давления от сезонных колебаний метеорологических и гелиофизических факторов. Мета-анализ/ Кузьменко Н. В., Плисс М. Г., Цырлин В. А .—Текст : электронный //Российский кардиологический журнал.—2019.—31 января.— URL: <https://eivis.ru/browse/doc/55952208> (дата обращения: 13.01.2026).
3. Рыбаков, Д.С. Динамика приземной температуры воздуха, ветрового режима и смертности населения на примере Петрозаводска /Д.С. Рыбаков.—Текст : электронный //Геосферные исследования.—2024—31 декабря.— URL: <https://eivis.ru/browse/doc/102491819> (дата обращения: 13.01.2026).
4. Хан, М. А. Современное состояние и перспективы развития детской курортологии и физиотерапии/ М. А. Хан, А. Н. Разумов, И. В. Погонченкова.— Текст : электронный //Педиатрия. Журнал

им. Г. Н. Сперанского.—2022.—30 августа.— URL:
<https://eivis.ru/browse/doc/77255137> (дата обращения:
13.01.2026).

Электронные библиотеки свободного доступа

1. Патент № RU 2023670042 Российская Федерация
Распространённость метеопатических реакций : №
2023670018 : заявление 14.09.2023 опубликовано
10.10.2023—Текст: электронный// Научная электронная
библиотека eLIBRARY.RU.—2026.— URL:
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=55997746&ysclid=mkds7n3xlt468120116> (дата обращения: 13.01.2026)
2. Патент № RU 2736612 С1 Российская Федерация. Способ
оценки метеочувствительности человека публикации: 2020 :
№ 2020118155 : заявление 02.06.2020 : опубликовано
19.11.2020/ Фесюн А.Д. и [др.].— Текст :
электронный//Научная электронная библиотека
eLIBRARY.RU.—2026.— URL:
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44371636> (дата
обращения: 13.01.2026).
3. Перспективы исследований влияния метеорологических и
геомагнитных параметров на заболеваемость и смертность
населения/ Бобровницкий И. П. и [др.].—Текст : электронный
// Научная электронная библиотека CYBERLENINKA /—2026.—
URL: https://cyberleninka.ru/viewer_images/17958037/f/1.png.(
дата обращения 13.01.2026).
4. Рахманин, Ю.А. Научные и организационно-методические
подходы к формированию и реализации программ
противодействия неблагоприятному воздействию глобальных
изменений климата на здоровье населения Российской
Федерации/Рахманин Ю.А., Бобровницкий И.П., Яковлев М.
Ю. —Текст : электронный // Научная электронная библиотека
CYBERLENINKA /—2026.— URL:

https://cyberleninka.ru/viewer_images/17958026/f/1.png. (дата обращения: 13.01.2026).

5. Яковлев, М. Ю. Анализ основных проявлений метеопатических реакций у лиц с болезнями системы кровообращения и построение математической модели развития метеопатических реакций/Яковлев М.Ю. —Текст : электронный // RUSSIAN JOURNAL OF REHABILITATION MEDICINE.—2020.—№ 1.— С.42-53.—URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42617302&ysclid=mkds4cj1ke679423267>. (дата обращения: 13.01.2026).

<https://eivis.ru/browse/udb/12>

<https://eivis.ru/basic/details>