

# Фёдор Григорьевич Углов (1904-2008)

C E R T I F I C A T E



## GUINNESS BOOK OF RECORDS

КНИГА РЕКОРДОВ ГИННЕССА СВИДЕТЕЛЬСТВУЕТ, ЧТО

АКАДЕМИК РАМН УГЛОВ ФЕДОР ГРИГОРЬЕВИЧ,

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ, (РОДИЛСЯ 5 ОКТЯБРЯ 1904 Г.),

ЯВЛЯЕТСЯ СТАРЕЙШИМ ПРАКТИКУЮЩИМ ХИРУРГОМ В РОССИИ И СНГ

И ИМЕЕТ САМЫЙ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНЫЙ СТАЖ РАБОТЫ

выдающийся хирург современности, один из основоположников отечественной торакальной и сердечно-сосудистой хирургии, занесён в «Книгу рекордов Гиннеса» как старейший в истории мировой медицины практикующий хирург – оперировал и в возрасте свыше 100 лет!

100  
лет

Желаю  
Вам творческого  
дополнения  
Углов  
2004



## Правила и рекомендации Углова Ф.Г

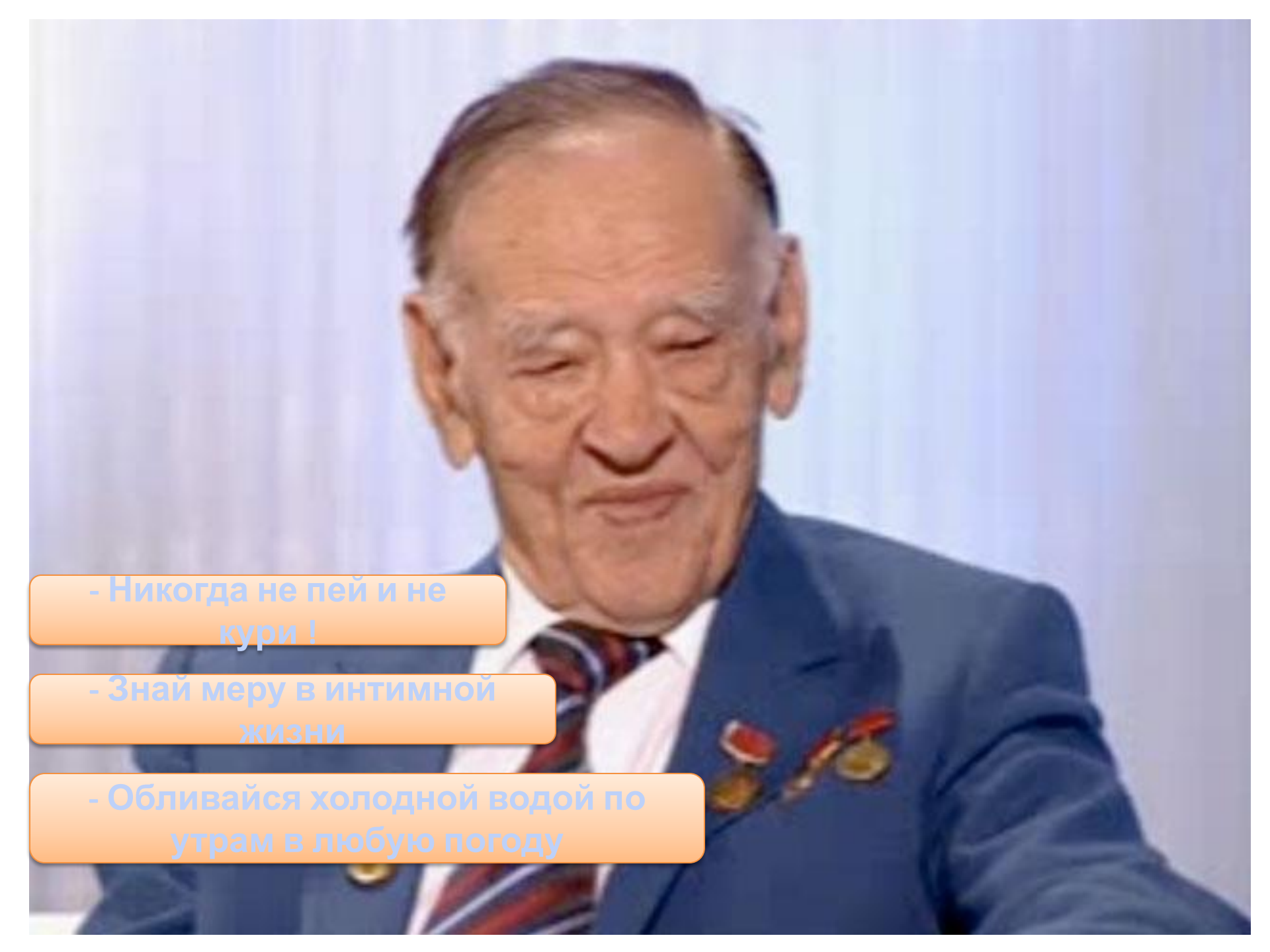
:

- Спать семь – восемь часов в сутки

- Выходить из-за стола всегда чуть-чуть голодным

- Последний приём пищи не позднее 20 часов

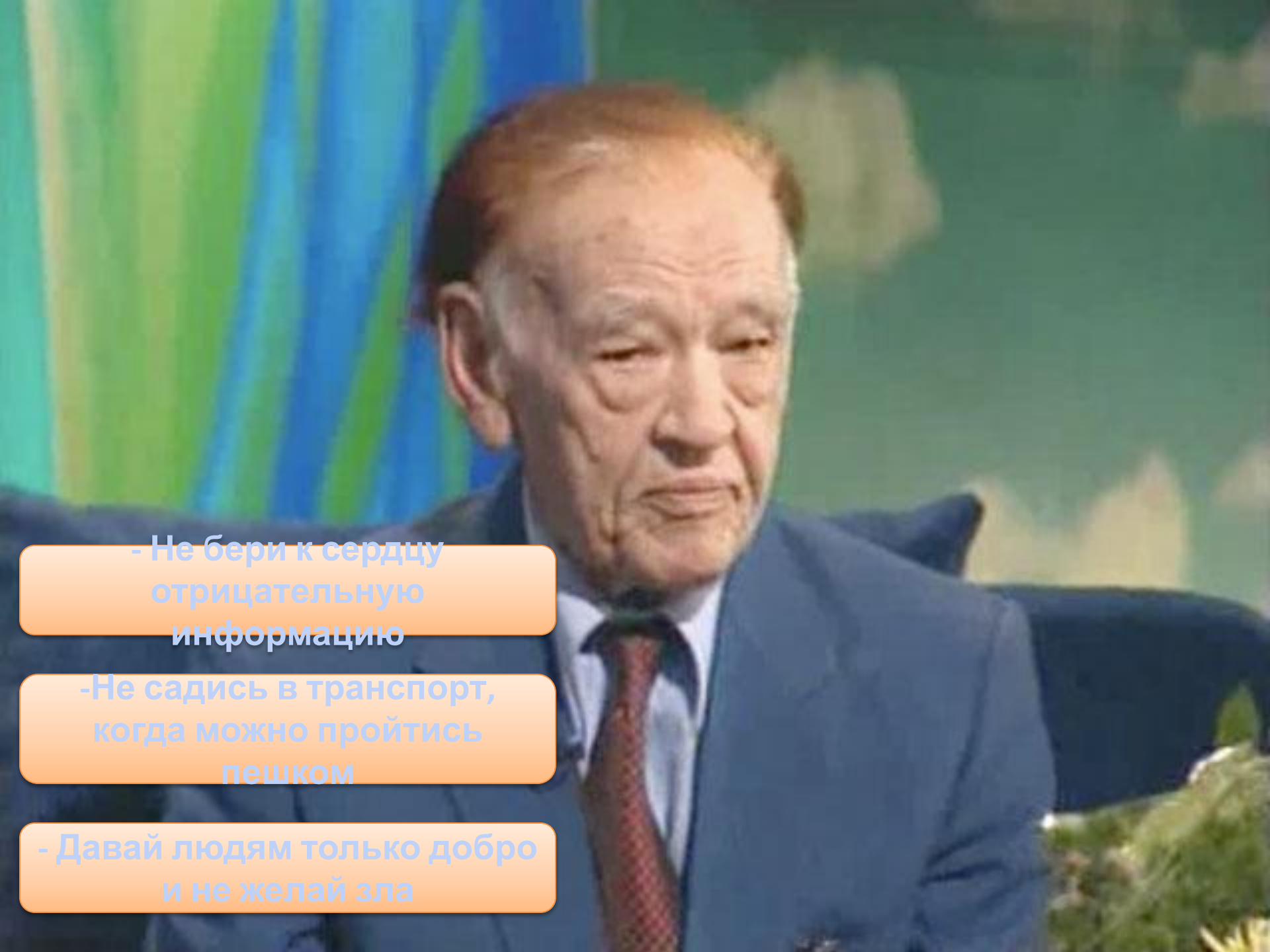
- Не увлекайся белым хлебом, избегайте пирожных, мучного, сладостей

A close-up portrait of an elderly man with thinning hair, wearing a blue suit jacket, a white shirt, and a striped tie. He has several medals pinned to his left lapel. His eyes are closed, and he has a slight, thoughtful expression. The background is a plain, light-colored wall.

- Никогда не пей и не  
кури !

- Знай меру в интимной  
жизни

- Обливайся холодной водой по  
утрам в любую погоду



- Не бери к сердцу  
отрицательную  
информацию

- Не садись в транспорт,  
когда можно пройтись  
пешком

- Давай людям только добро  
и не желай зла