



**MOTERS FIZINĒ IR
PSICHINĒ SVEIKATA**



Rekomenduojamos literatūros sąrašas

LIETUVOS MEDICINOS BIBLIOTEKA

MOTERS FIZINĖ IR PSICHINĖ SVEIKATA

Rekomenduojamos literatūros sąrašas

Sudarė: Daiva Širkaitė, Elena Kaminskaitė

Vilnius

2026

TURINYS

Pratarmė	4
Grožis	5
Hormonai	6
Kosmetologija	8
Menopauzė	10
Miegas	11
Mityba	11
Moters kūno pažinimas	13
Motinystė	14
Psichinė sveikata	16

PRATARMĖ

Šioje rekomenduojamojo pobūdžio literatūros rodyklėje surinkti specialistų parašyti leidiniai, liečiantys esmines temas, kurios padės geriau suprasti savo organizmą:

- kūno ir hormonų kalba - nuo pirmųjų moters kūno pažinimo žingsnių iki brandos ir menopauzės;

- kasdieniai resursai - kokybiškas miegas, sąmoninga mityba ir tinkama kosmetologija puoselėja ne tik išorinį grožį, bet ir vidinę energiją;

- emocinis atsparumas - nuoširdus žvilgsnis į motinystės iššūkius ir psichinės sveikatos svarbą, be kurios neįmanoma pilnatvė.

Šio sąrašo tikslas – padėti moteriai geriau suprasti savo kūno ir jausmų pokyčius bei suteikti praktinių žinių sveikesniam ir gražesniam kasdieniam gyvenimui.

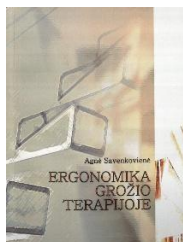
Rodyklė skirta moteriai, siekiančiai pažinti savo kūną, suprasti psichologinius bei fiziologinius pokyčius ir atrasti mokslinę bei patirtinę pusiausvyrą tarp sveikatos, motinystės ir grožio puoselėjimo.

Leidiniai rodyklėje pateikti abėcėlės tvarka.

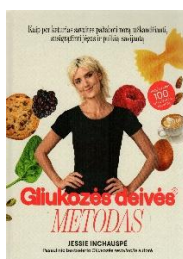
GROŽIS



Baltijos gintaras sveikatai ir grožiui: šimtas kosmetikos ir terapijos receptų / Jonas Skonsmanas. – Vilnius: Margi raštai, 2011 (Vilnius: Petro ofsetas). – 132, [8] p.



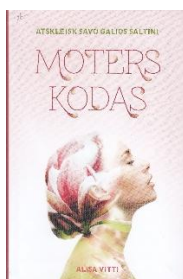
Ergonomika grožio terapijoje: mokomoji knyga / Agnė Savenkovienė; Šiaulių valstybinė kolegija. – Šiauliai: Šiaulių valstybinė kolegija, 2012 (Šiauliai : Šiaulių knygrišykla-sp.). – 97, [1] p.



Gliukozės deivės metodas: [kaip per keturias savaites pažaboti norą užkandžiauti, susigrąžinti jėgas ir puikią savijautą] / Jessie Inchauspé; iš anglų kalbos vertė Margarita Bautrėnienė. – Vilnius: Alma littera, 2024 (Vilnius: BALTO print). – 287, [1] p.



Grožio mitai: visa tiesa apie kosmetiką ir grožio priemones / Tiina Orasmäe-Meder, Yana Zubtsova; iš rusų kalbos vertė Viktorija Šenbergs. – Kaunas: Obuolys [i.e. MEDIA INCOGNITO], [2017]. – 298, [4] p.



Moters kodas: atkleisk savo galios šaltinį / Alisa Vitti; iš anglų kalbos vertė Ieva Driukienė. – Vilnius: Briedis, 2019 (Vilnius: BALTO print). – 380, [1] p.



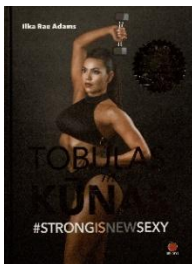
Protingas grožis: švytinčios odos biblija / Indrė Urbanavičienė. – Kaunas: Obuolys [i.e. MEDIA INCOGNITO], [2017]. – 238, [2] p.



Sveika ir graži: 100 naudingų maisto produktų, 70 grožio receptų, 30 pratimų gerai savijautai, 70 lengvų patiekalų receptų / [sudarytoja Daiva Dmuchovska]; [tekstų autorės Sandrija Čapkauskienė, Eglė Ivanavičienė, Sigita Valantiejūtė, Ineta Vaitiekūnienė, Ieva Žėglytė]. – Kaunas: Virtuvės knyga [i.e. Terra publica], [2017] (Spausd. Lenkijoje). – 239, [1] p.



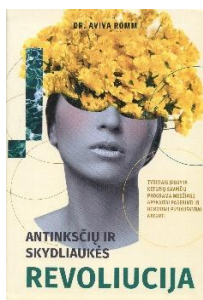
Moters sveikatos ir grožio enciklopedija: pozityvios gyvensenos vadovas / [Audronė Arlauskienė, Ingrida Buckutė-Butkevičiūtė, Matilda Bylaitė, Gražina Drąsutienė, Rūta Gancevičienė, Alvydas Juocevičius, Kornelija Mačiulienė, Teresė Palšytė, Vytautė Pečiulienė, Tomas Poškus, Alina Pūrienė, Rimantas Stukas, Dalia Triponienė, Vytautas Triponis, Janina Tutkuvienė, Kęstutis Vitkus, Jolita Zakarevičienė; sudarė Gražina Drąsutienė; recenzavo: Vytautas Basys, Zita Aušrelė Kučinskienė]. – Kaunas: Šviesa, 2009. – 429, [3] p.



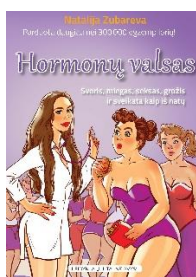
Tobulas moters kūnas / Ilka Rae Adams; iš anglų kalbos vertė Viktorija Bourassa. – Kaunas: Obuolys [i.e. Lectio divina], [2019]. – 335, [1] p.



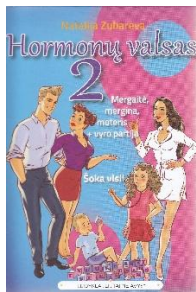
Veido formavimas su Tigro jausmu jai ir jam / Benita Cantieni; iš vokiečių kalbos vertė Violeta Jociuvienė. – Kaunas: Jotema, [2019] (Vilnius: Standartų sp.). – 176 p.



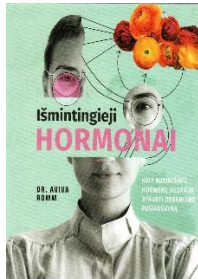
Antinksčių ir skydliaukės revoliucija: tyrimais įrodyta keturių savaitių programa medžiagų apykaitai pagerinti ir hormonų pusiausvyrai atkurti / Aviva Romm; iš anglų kalbos vertė Birutė Tumienė. – Vilnius: Briedis, 2024 (Vilnius: BALTO print). – 359, [1] p.



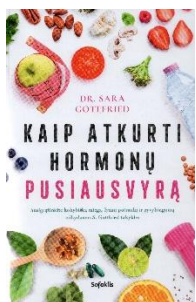
Hormonų valsas: svoris, miegas, seksas, grožis ir sveikata kaip iš natų / Natalija Zubareva; [vertė Monika Kazlauskė]. – Vilnius [i.e. Klaipėda]: Liūtai ne avys, 2019 (Gargždai : ScandBook). – 351, [1] p.



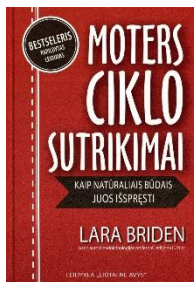
Hormonų valsas 2: mergaitė, mergina, moteris + vyro partija. Šoka visi! / Natalija Zubareva; [vertė Rima Misiūnienė]. – Vilnius [i.e. Klaipėda]: Liūtai ne avys, 2020 (Gargždai: ScandBook). – 367, [1] p.



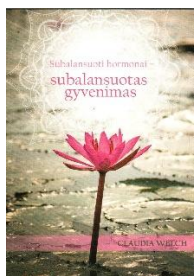
Išmintingieji hormonai: kaip numalšinti hormonų audrą ir atkurti organizmo pusiausvyrą / Aviva Romm; vertė Birutė Tumienė. – Vilnius: Briedis, 2022 (Vilnius: Petro ofsetas). – 420, [1] p.



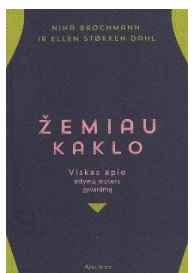
Kaip atkurti hormonų pusiausvyrą: susigrąžinkite kokybišką miegą, lytinį potraukį ir gyvybingumą taikydamos S. Gottfried taisykles / Sara Gottfried; iš anglų kalbos vertė Michailas Aizenas. – Vilnius: Sofoklis, 2023 (Gargždai: ScandBook). – 509, [3] p.



Moters ciklo sutrikimai: kaip natūraliais būdais juos išspręsti / Lara Briden; [iš anglų kalbos vertė Vita Daugėlienė]. – Vilnius [i.e. Klaipėda]: Liūtai ne avys, 2023 (Gargždai: ScandBook). – 541, [1] p.



Subalansuoti hormonai – subalansuotas gyvenimas / Claudia Welch; iš anglų kalbos vertė Rūta Tumėnaitė. – Vilnius: Briedis, 2019 (Vilnius: BALTO print). – 429, [1] p.



Žemiau kaklo: viskas apie intymų moters gyvenimą / Nina Brochmann ir Ellen Støkken Dahl; iš norvegų kalbos vertė Viktorija Germanienė. – Vilnius: Alma littera, 2018 (Vilnius: Spauda). – 318, [1] p.

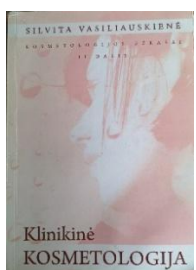
KOSMETOLOGIJA



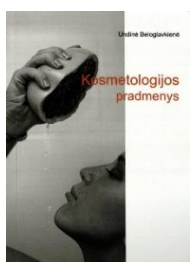
Japonų veido jogos paslaptys: natūralus metodas jaunai veido odai išsaugoti ir susigrąžinti / Izumi Forasté Onuma; iš ispanų kalbos vertė Laura Stašaitytė. – Kaunas: Obuolys [i.e. Lectio divina], [2022]. – 203, [3] p.



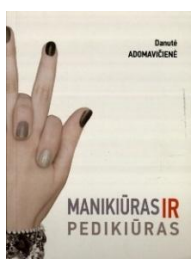
Kaip išsaugoti jaunesnę odą: revoliucingas skaisčios odos išsaugojimo metodas / Harold Lancer; iš anglų kalbos vertė Milda Dyke. – Vilnius: Sofoklis, 2015 (Vilnius: BALTO print). – 358, [1] p.



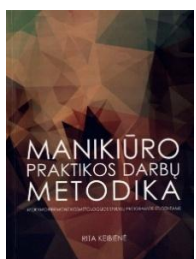
Klinikinė kosmetologija. – Vilnius: Ciklonas, 2009 (Vilnius: Ciklonas). – 85, [2] p.



Kosmetologijos pradmenys: mokomoji knyga / Undinė Beloglavkienė. – Vilnius: Ciklonas, 2013 (Vilnius: Ciklonas). – 217, [1] p.



Manikiūras ir pedikiūras: mokomoji priemonė / Danutė Adomavičienė. – Vilnius: Ciklonas, 2015 (Vilnius: Ciklonas). – 123, [1] p.



Manikiūro praktikos darbų metodika: mokymo priemonė kosmetologijos studijų programos studentams / Rita Keibienė; Kauno kolegija, Medicinos fakultetas. – Kaunas: Kauno kolegijos Leidybos centras, 2016 (Kaunas: KK LC). – 84, [1] p.



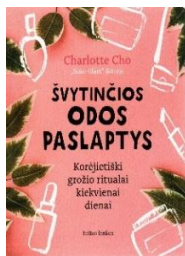
SPA technologijų taikymas kosmetologinėse kūno procedūrose: mokymo priemonė kosmetologijos specialybės studentams / Diana Barragan Ferrer, Milda Gintilienė, Žaneta Mickienė, Sigita Zlatkuvienė; Kauno kolegija, Medicinos fakultetas, Kosmetologijos katedra. – Kaunas: Kauno kolegijos Reklamos ir medijų centras, 2018 (Kaunas: KK RMC). – 86, [1] p.



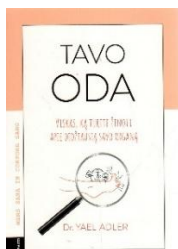
Standartinės kosmetinės veido priežiūros procedūros: bazinės veido priežiūros procedūros: žingsnis-po-žingsnio procedūros / Mercedes Šulcaitė-Vasiljeva, Kristina Letkauskaitė; Klaipėdos valstybinė kolegija. – Kaunas: [Vitae Litera], 2017 (Kaunas: Vitae Litera). – 61, [1] p.



Standartinės kosmetinės veido priežiūros procedūros: kosmetiniai veido masažai: žingsnis-po-žingsnio procedūros / Kristina Letkauskaitė, Mercedes Šulcaitė-Vasiljeva; Klaipėdos valstybinė kolegija. – Kaunas: [Vitae Litera], 2017 (Kaunas: Vitae Litera). – 73, [1] p.



Švytinčios odos paslaptys: korėjietiški grožio ritualai kiekvienai dienai / Charlotte Cho; iš anglų kalbos vertė Laima Bezginaitė. – Vilnius: „Baltų lankų“ leidyba, [2020] (Vilnius: BALTO print). – 212 p.



Tavo oda: viskas, ką turi žinoti apie didžiausią savo organą / Yael Adler; iliustravo Katja Spitzer; iš vokiečių kalbos vertė Ieva Sidaravičiūtė. – 2-asis leid.. – Vilnius: BALTO leidybos namai, 2021 (Vilnius: BALTO print). – 367, [1] p.

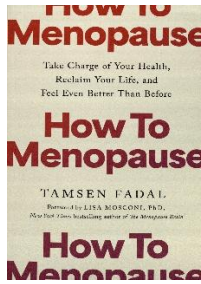


Veido masažai kosmetologijoje: metodinė knyga / V. Vaikšnorienė, L. Valatkevičienė, S. Čapkauskienė; Kauno kolegija, Medicinos fakultetas, Kosmetologijos katedra. – Kaunas: Kauno kolegijos Reklamos ir medijų centras, 2018 (Kaunas: KK RMC). – 58, [1] p.

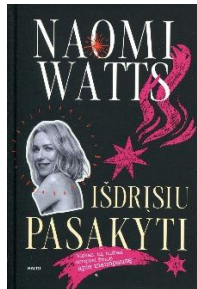


Veido revoliucija: jaunystės eliksyras – tavo rankose! / Viktorija Baltramiejūnienė. – Vilnius: Alma littera, 2018 (Vilnius: BALTO print). – 133, [3] p.

MENOPAUZĖ



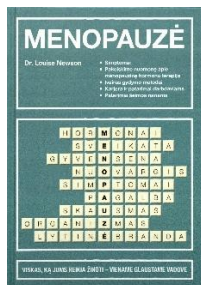
How to menopause: take charge of your health, reclaim your life, and feel even better than before / Tamsen Fadal. – London: John Murray One, 2025. – xiv, 370 p.



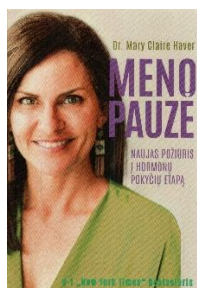
Išdrisiu pasakyti: viskas ką būčiau norėjusi žinoti apie menopauzę / Naomi Watts; iš anglų kalbos vertė Vita Daugėlienė. – Vilnius: BALTO leidybos namai, 2025 (Vilnius: BALTO print). – 291, [2] p.



Menopauzė be tabu / Sandrija Čapkauskienė. – Kaunas: Terra Publica, [2020] (Spausd. Lenkijoje). – 221, [1] p.



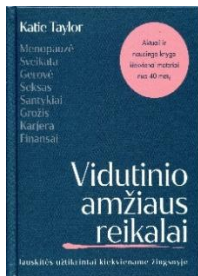
Menopauzė: glaustas vadovas / Louise Newson ; [vertė Lolita Rapolienė, Valdonė Valienė]. – Kaunas: Vitae Litera, 2020. – 131, [1] p.



Menopauzė: naujas požiūris į hormonų pokyčių etapą / Mary Claire Haver; iš anglų kalbos vertė Birutė Tumienė. – Vilnius: Briedis, 2026 (Vilnius: BALTO print). – 331, [1] p.



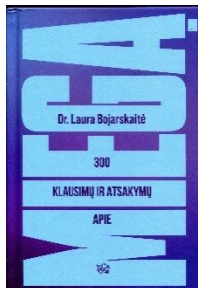
Menopauzė: sveikatos patarimai / konsultavo ir parengė Robin N. Phillips; [iš anglų kalbos vertė Aušra Karsokienė]. – Vilnius: Aktėja, [2013] ([Vilnius]: Spauda). – 256 p.



Vidutinio amžiaus reikalai: jauskitės užtikrintai kiekviename žingsnyje / Katie Taylor; iš anglų kalbos vertė Birutė Tumienė. – Vilnius: Briedis, 2025 (Spausdinta Slovakijoje). – 255, [1] p.



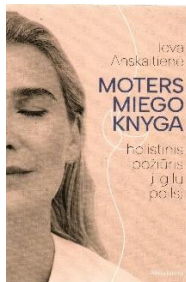
Viskas gerai. Tai tik menopauzė / Rūta Paulauskienė. – [Tallinn]: Helios, 2026 ([Vilnius]: BALTO print). – 311, [1] p.



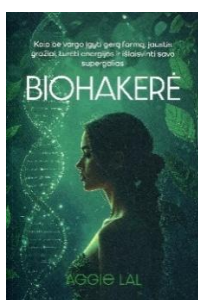
300 klausimų ir atsakymų apie miegą / Laura Bojarskaitė; [knygos idėja: Alfas Ivanauskas]. – Vilnius: Vaga, 2025 (Vilnius: BALTO print). – 327, [7] p.



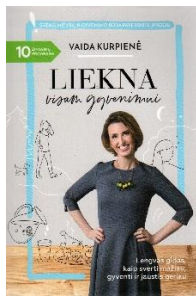
Kodėl mes nemiegame?: įtraukiantis gidas po žmonijos miego istoriją ir šiuolaikinės nemigos priežastis / Darian Leader; iš anglų kalbos vertė Ieva Sidaravičiūtė. – Vilnius: BALTO leidybos namai, 2020 (Vilnius: BALTO print). – 223, [1] p.



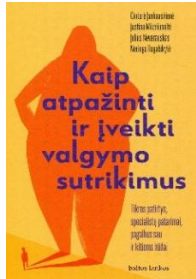
Moters miego knyga: [holistinis požiūris į gilų poilsį] / Ieva Anskaitienė. – Vilnius: Alma littera, 2025 (Vilnius: Standart Imprensa). – 326, [1] p.



Biohakerė: būti moterimi: kaip be vargo įgyti gerą formą, jaustis gražiai, turėti energijos ir išlaisvinti savo supergalias / Aggie Lal; iš anglų kalbos vertė Jurgita Jėrinaitė. – [Tallinn]: Helios leidykla, 2025 ([Vilnius]: Balto print). – 299 p.



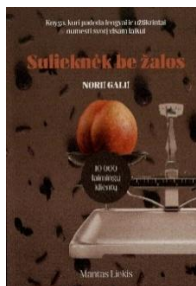
Liekna visam gyvenimui: [lengvas gidas, kaip sverti mažiau, gyventi ir jaustis geriau] / Vaida Kurpienė. – Vilnius: Valgau sveikai, 2018 (Vilnius: BALTO print). – 282, [6] p.



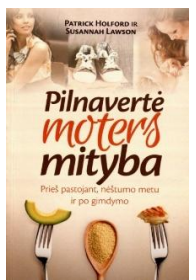
Kaip atpažinti ir įveikti valgymo sutrikimus: tikros patirtys, specialistų patarimai, pagalbos sau ir kitiems būdai / Gintarė Jankauskienė, Justina Mikeliūnaitė, Julius Neverauskas, Neringa Rogalskytė. – Vilnius: „Baltų lankų“ leidyba, [2022] (Gargždai: ScandBook). – 191, [1] p.



Kodėl mes tunkame ir ką daryti / Gary Taubes; iš anglų kalbos vertė Donatas Masilionis. – Kaunas: Mileda, 2017 (Vilnius: Spauda). – 339, [2] p.



Nori? Gali! Viskas, ką turi žinoti apie lieknėjimą be žalos / Mantas Liekis. – [Klaipėda]: [M. Liekis]; Vilnius: Printing bureau, 2025 (Vilnius: Printing bureau). – 124, [2] p.



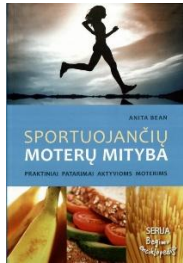
Pilnavertė moters mityba: prieš pastojant, nėštumo metu ir po gimdymo: išsamus sveiko nėštumo vadovas / Patrick Holford ir Susannah Lawson; [iš anglų kalbos vertė Dovilė Vaišvilaitė-Akdere]. – Vilnius: Dvi tylos, 2014 (Vilnius: BALTO print). – 222 p.



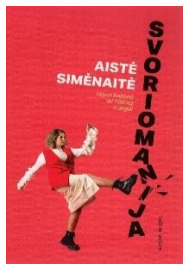
Protarpinio badavimo vadovas moterims: [kaip pasinaudoti gydomąja badavimo galia: subalansuoti hormonus, padidinti energiją ir deginti riebalus] / Mindy Pelz; iš anglų kalbos vertė Monika Vaičiulienė. – Vilnius: Alma littera, 2025 (Gargždai: ScandBook). – 405, [10] p.



Skonio reikalas: kaip gebėjimas justai skonį lemia mūsų mitybos įpročius ir kaip atgaivinti šį gebėjimą, paklydusį dešrainių ir supermaisto labirintuose / Diana von Kopp; iš vokiečių kalbos vertė Ieva Sidaravičiūtė. – Vilnius: BALTO leidybos namai, 2020 (Vilnius: BALTO print). – 222, [2] p.



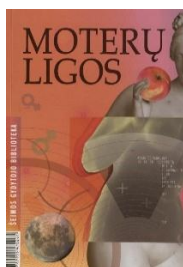
Sportuojančių moterų mityba: [praktiniai patarimai aktyvioms moterims] / Anita Bean; [vertėja Jurga Šidiškytė]. – Vilnius: Briedis, 2014 (Vilnius: BALTO print). – 129, [4] p.



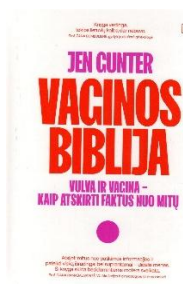
Svoriomanija: mano kelionė iki 100 kg ir atgal / Aistė Simėnaitė. – Vilnius: „Baltų lankų“ leidyba, [2024] (Gargždai: ScandBook). – 267, [1] p.



Moters enciklopedija / [iš prancūzų kalbos vertė Janina Germanavičiūtė]. – Vilnius: Naujoji Rosma, [2005] (Spausd. Italijoje). – 415, [1] p.



Moterų ligos / [autoriai ir konsultantai G. Drąsutienė, D. Triponienė, V.J. Triponis, V. Klimas, E. Juodžbalienė, A. Pilkauskienė, S. Blažienė, J. Saveikienė, M. Anglickas, A. Charūnas, V. Glinskienė]. – Kaunas: Sveikatos ir medicinos informacijos agentūra, 2010 (Kaunas: Arx Baltica). – 365, [3] p.



Vaginos biblija: vulva ir vagina – kaip atskirti mitus nuo faktų / Jen Gunter; [iš anglų kalbos vertė Jurgita Jėrinaitė]. – [Vilnius]: Kitos knygos, [2021] (Vilnius): BALTO print). – 463 p.

MOTINYSTĖ



Didesnio skausmo nebūna: atsakymai, pagalba ir viltis, netekus kūdikio / [Svetlana Adler-Mikulėnienė, Jelena Bachlina, Laima Bagušytė, Alina Liepinaitienė, Rugilė Morkūnienė, Kristina Navickienė, Aušra Mazgienė, Miglė Semėnaitė]; sudarytoja Kristina Navickienė. – [Klaipėda]: [Druka]; Palanga: Gandras, 2021 (Klaipėda: Druka). – 180, [1] p.



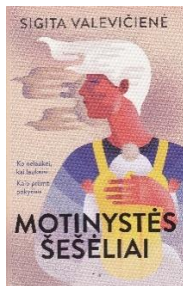
Gyvenimas su vaikais: nereikia vaikų auklėti, reikia su jais gyventi / Aurima Dilienė. – [Didvyriai, Kauno r.]: Let's booky [i.e. Juoda ant balto], 2022. – 570, [1] p.



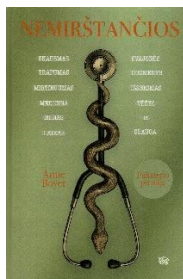
Laiminga nėštukė, laimingas kūdikis!: [viskas, ką privalo žinoti kiekviena besilaukianti moteris: nuo hormonų išdaigų, santykių su vyru, mitybos tabu iki sporto, kuris naudingas ne tik jums, bet ir kūdikiui!] / Anželika Stackevič. – Kaunas: Obuolys [i.e. Lectio divina], [2020]. – 300, [2] p.



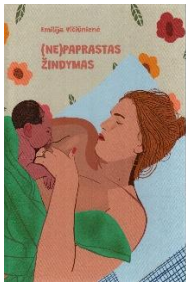
Motinystės išpažintys: kad vėl priimtume ir pamiltume mums skirtą gyvenimo kelią / sudarė Rūta Mickevičienė. – 2-asis papildytas leid.. – [Kaunas]: [Vitae Litera]; Vilnius: Krizinio nėštumo centras, 2025 (Kaunas: Vitae Litera). – 187, [1] p.



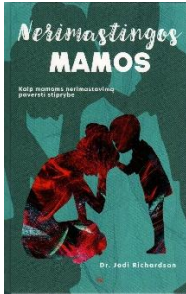
Motinystės šešėliai: ko nelaukei, kai laukeisi: kaip priimti pokyčius / Sigita Valevičienė. – Vilnius: Tyto alba, 2024 (Vilnius: BALTO print). – 251, [1] p.



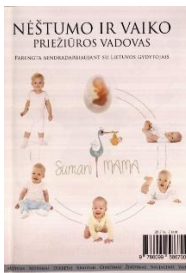
Nemirštančios: skausmas, trapumas, mirtingumas, medicina, menas, laikas, svajonės, duomenys, išsekimas, vėžys ir slauga / Anne Boyer; iš anglų kalbos vertė Rūta Montvilienė. – Vilnius: Vaga, 2025 (Vilnius: BALTO print). – 243, [3] p.



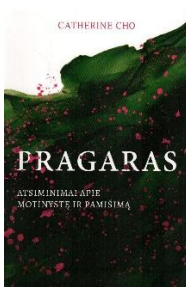
(Ne)paprastas žindymas / Emilija Vičiūnienė; [ilustratorė Saulė Žemaitytė]. – Kaunas: Vitae Litera, 2024 (Kaunas: Vitae Litera). – 299, [1] p.



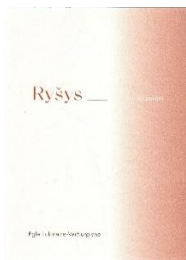
Nerimastingos mamos: kaip mamoms nerimastavimą paversti stiprybe / Jodi Richardson; iš anglų kalbos vertė Laura Vilčinskaitė. – Vilnius: Vaga, 2021 (Vilnius: BALTO print). – 367, [1] p.



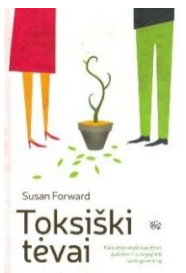
Nėštumo ir vaiko priežiūros vadovas: parengta bendradarbiaujant su Lietuvos gydytojais: moteris, nėštumas, dekretas, kraitelis, gimdymas, žindymas, naujagimis, vaikas. – [Kaunas]: [Sumani mama], 2017. – 303, [1] p.



Pragaras: atsiminimai apie motinystę ir pamišimą / Catherine Cho; iš anglų kalbos vertė Rima Neverauskytė-Brundzienė. – Vilnius: Briedis, 2021 (Vilnius: Petro ofsetas). – 261, [1] p.



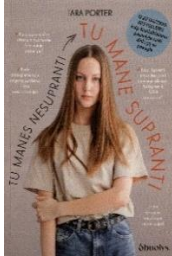
Ryšys su vaiku, ryšys su savimi / Eglė Lukinaitė-Vaičiurgienė; [fotografė Ugnė Poloudina]. – Vilnius : E. Lukinaitė-Vaičiurgienė, 2022 ([Vilnius]: BALTO print). – 323, [1] p.



Toksiški tėvai: kaip atsikratyti skaudžios patirties ir susigrąžinti savo gyvenimą / Susan Forward, Craig Buck; iš anglų kalbos vertė Ieva Šimkuvienė. – Vilnius: Vaga, 2014 (Vilnius: BALTO print). – 329, [4] p.



Tu laukiesi: nėštumo kelionės gidas: nuo minties apie kūdikį iki jo žindymo / Viktorija Navickienė, Marija Judzentavičiūtė; [sudarytoja Marija Judzentavičiūtė]; [ilustratorė Justina Česnauskaitė]. – Vilnius: Alma littera, 2025 ([Vilnius]: Petro ofsetas). – 165, [2] p.



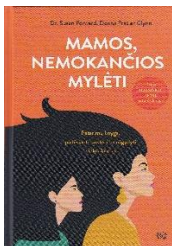
Tu manęs nesupranti / Tara Porter; vertė UAB „Knygų ministerija“. – Kaunas: Obuolys [i.e. Lectio divina], [2024]. – 302, [2] p.



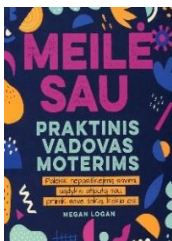
Ar tikrai esu nevykėlė?: knyga apie narcizės motinas ir kaip padėti jų aukoms / Karyl McBride ; [iš anglų kalbos vertė Diana Urbonė]. – Vilnius [i.e. Klaipėda]: Liūtai ne avys, 2023 (Gargždai: ScandBook). – 318, [2] p.



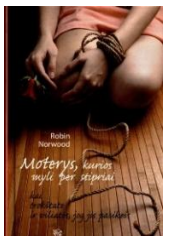
Esminis skirtumas: vyriškos ir moteriškos smegenys: visa tiesa apie autizmą / Simon Baron-Cohen; iš anglų kalbos vertė Viktorija Labuckienė. – Vilnius: "Baltų lankų" leidyba, 2011 (Kaunas: Indigo print). – 278, [1] p.



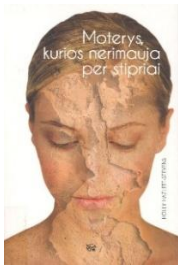
Mamos, nemokančios mylėti: patarimų knyga, padėsianti dukterims užgydyti sielos žaizdas / Susan Forward, Donna Frazier Glynn; iš anglų kalbos vertė Ieva Šimkuvienė. – Vilnius: Vaga, 2020 (Gargždai: ScandBook). – 317, [2] p.



Meilė sau: praktinis vadovas moterims: paleisk nepasitikėjimą savimi, ugdykis atjautą sau, priimk save tokią, kokia esi / Megan Logan; [vertėja Irminda Pryvalova]. – Vilnius [i.e. Klaipėda]: Liūtai ne avys, 2022 (Vilnius: Spauda). – 163, [1] p.



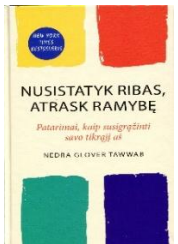
Moterys, kurios myli per stipriai: kai trokštate ir viliatės, jog jis pasikeis / Robin Norwood; iš anglų kalbos vertė Aistė Diržytė. – Vilnius: Vaga, 2016 (Vilnius: BALTO print). – 327, [1] p.



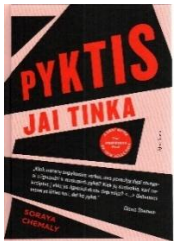
Moterys, kurios nerimauja per stipriai: kaip nustoti jaudintis ir nerimauti, kad nesugriautumėte savo gyvenimo / Holly Hazlett-Stevens; iš anglų kalbos vertė Aistė Diržytė. – Vilnius: Vaga, 2013 (Vilnius: BALTO print). – 171, [3] p.



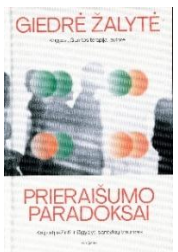
Ne bobų vasara: [knyga apie moters brandą] / Rūta Vanagaitė. – Vilnius: Alma littera, 2016 ([Kaunas]: Kopa). – 166, [1] p.



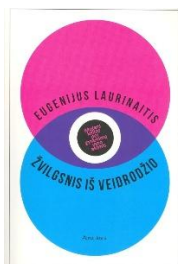
Nusistatyk ribas, atrask ramybę: patarimai, kaip susigrąžinti savo tikrąjį aš / Nedra Glover Tawwab; [vertė Milda Urbonaitė, Audrius Ramuckis]. – Naujas pataisytas leid.. – Vilnius [i.e. Klaipėda]: Liūtai ne avys, 2025. – 319, [1] p.



Pyktis jai tinka / Soraya Chemaly; iš anglų kalbos vertė Inga Būdvytytė. – Vilnius: Alma littera, 2020 (Gargždai: ScandBook). – 510, [2] p.



Prieraišumo paradoksai: kaip atpažinti ir išgydyti santykių traumas / Giedrė Žalytė. – Vilnius: Tyto alba, 2025 (Vilnius: BALTO print). – 211, [3] p.



Žvilgsnis iš veidrodžio: moters kelias per gyvenimą vyro akimis / Eugenijus Laurinaitis; sudarė Aušra Stanaitytė-Karsokienė. – Vilnius: Alma littera, 2015 (Vilnius: Spauda). – 222, [2] p.