

Coping diabetes distress : learning, connecting, and engaging

Khalid, Sadia The European Sting 2022 <https://europeansting.com/2022/12/21/coping-diabetes-distress-learning-connecting-and-engaging/>

Dr Viigimaa avaldab, mitu kilomeetrit tuleks südame kaitsmiseks päevas kõndida

Viigimaa, Margus tervis.postimees.ee 2021 <https://tervis.postimees.ee/7228406/dr-viigimaa-avalda-mitu-kilomeetrit-tuleks-sudame-kaitsmiseks-paevas-kondida>

Ebaõnnestumised tööl lähevad hinge? Võta kergemalt - see tuleb kõik ajaloost!

Teichmann, Mare Director 2010 / lk. 22-23

Eesti biokeemik hoiatab: ohtlik koroonaviirus suudab nõrga tervisega inimesele tekitada korvamatut kahju

Palumaa, Peep Õhtuleht.ee 2020 <https://tervis.ohuleht.ee/996404/eesti-biokeemik-hoiatab-ohulik-koroonaviirus-suudab-norga-tervisega-inimesele-tekitada-korvamatut-kahju>

Eesti riiklikud toitumise, liikumise ja uneaja soovitused : Tabelraamat

Pitsi, Tagli; Lauk, Janne; Nurk, Eha; Priinits, Marit; Zilmer, Mihkel; Ehala-Aleksejev, Kristel; Parts, Laine; Villa, Inga; Vaher, Ivi; Oja, Leila 2025 https://www.ester.ee/record=b5722633*est https://www.tai.ee/sites/default/files/2025-01/tabelraamat_13.1.25.pdf

Eesti toitumis- ja liikumissoovitused 2015 [Võrguteavik]

Pitsi, Tagli; Zilmer, Mihkel; Vaask, Sirje; **Liebert, Tiit** 2017 http://www.ester.ee/record=b4654355*est

Estonia

Lubi, Kadi Report on SHAFE policies, strategies and funding 2021 / p. 49-50 <https://www.ssoar.info/ssoar/handle/document/76514>

Hoia süda terve: südamearsti seitse soovitust igaks nädalapäevaks

Terviseleht : hea olemise nädalaleht 2022 / Lk. 5 <https://dea.digar.ee/article/terviseleht/2022/04/26/10.1>

Housing maintenance management : the key-factor when creating healthy environment

Liias, Roode International journal of environment and pollution 2007 / 3/4, p. 457-470
<https://www.inderscienceonline.com/doi/abs/10.1504/IJEP.2007.014822>

Kardioloog Margus Viigimaa: süda lubaks meil elada 120–130 aastat

Viigimaa, Margus tervis.postimees.ee 2022 <https://tervis.postimees.ee/7547713/nadala-persoon-kardioloog-margus-viigimaa-suda-lubaks-meil-elada-120-130-aastat>

Kolesteroolinäitudel tuleb silm peal hoida

Maasikamäe, Sirje Tervis : teemaleht : [ajalehe Õhtuleht lisa] 2022 / Lk. 6-7 <https://dea.digar.ee/article/oltervis/2022/02/08/11>

Kolm tervislikku lubadust uueks aastaks! [Võrguväljaanne]

postimees.ee 2021 ["3 tervislikku lubadust uueks aastaks! "](https://tervis.postimees.ee/7547713/nadala-persoon-kardioloog-margus-viigimaa-suda-lubaks-meil-elada-120-130-aastat)

Kuhu jääb Eesti rahva tervisliku eluviisi toetamine?

Känd, Ivo Maaleht 2024 / lk. 26 <https://dea.digar.ee/article/maaleht/2024/10/24/25.1>

Kui kiiresti liigub surm?

Alari, Victor Studioosus 2012 / lk. 11 https://www.ester.ee/record=b1558644*est

Kuidas hoida viirushaiguste mõju eest südant?

Viigimaa, Margus Tervisemeeter 2020 / lk. 8 <https://dea.digar.ee/publication/tervisemeeter>

Kõrge vererõhu oht saadab meid kogu elu

Viigimaa, Margus Postimees 2010 / Tervise Extra, lk. 3 : fot

Liikumine annab haigusteta elu

Viigimaa, Margus Tervisemeeter 2022 https://www.ester.ee/record=b5295006*est

Liikumine teeb südame vastupidavaks : [intervjuu Margus Viigimaaga]

Ende, Üllar; **Viigimaa, Margus** Kodutohter 2010 / 5, lk. 22-27 : ill https://artiklid.elnet.ee/record=b2086234*est

Liikumise teeme oma kehale hindamatu teenel!

Viigimaa, Margus Tervis 2021 / Lk. 4-5 : ill <https://dea.digar.ee/article/oltervis/2021/05/04/8>

Margus Viigimaa – tööpingest, kolleegidest ja punasest veinist

Laas, M. M. med24.ee 2023 [Margus Viigimaa – tööpingest, kolleegidest ja punasest veinist](https://med24.ee/2023/05/04/margus-viigimaa-toopingest-kolleegidest-ja-punasest-veinist)

Margus Viigimaa : sina saad hoida oma südant!

Viigimaa, Margus Tervis Pluss 2018 / lk. 18-22 : fot http://www.ester.ee/record=b1453514*est

Margus Viigimaa: infarkti läbipõdemine pole maailma lõpp!

Traks, Kristina Tervis Pluss 2018 http://www.ester.ee/record=b1453514*est

Me ise infarktitõrjujad. Mis annab infarktist märku?

Ende, Üllar; **Viigimaa, Margus** Kodutohter 2015 / lk. 30-33 : fot https://artiklid.elnet.ee/record=b2719395*est

40-50aastaste meeste seas on endiselt lubamatult palju infarkte

Maasikamäe, Sirje Õhtuleht 2022 / Lk. 14 ["40-50aastaste meeste seas on endiselt lubamatult palju infarkte"](#)

Non-traditional possibilities of adding years of life and workability

Kristjuhan, Ülo Adding years to life and life to years : collection of research articles 2005 / p. 43-47

Nädala raamat: Dr Margus Viigimaa ja Toivo Tänavsuu, "Terve südame raamat"

Strandberg, Marek kuku.pleier.ee 2022 <https://kuku.pleier.ee/podcast/nadala-raamat/120611>

Oksüdatiivsel stressil on südamehaiguste tekkel väga suur roll!

Viigimaa, Margus iPharma 2023 / Lk. 10 [Oksüdatiivsel stressil on südamehaiguste tekkel väga suur roll!](#)

Pakane võib anda südamele hoobi : Kardioloog Margus Viigimaa hoiatab: nendele inimestele võib olla ohtlik isegi jäise õhu sissehingamine

Maasikamäe, Sirje õhtuleht.ee 2024 [Pakane võib anda südamele hoobi : Kardioloog Margus Viigimaa hoiatab: nendele inimestele võib olla ohtlik isegi jäise õhu sissehingamine](#)

"Pingutage - aga ärge üle pingutage!"

Oll, Sulev Tervis Pluss 2022 https://www.ester.ee/record=b1453514*est Pingutage...

Professor Viigimaa: kui geenid on kehvad, tuleb eluviis veelgi tervislikumaks muuta

postimees.ee 2021 https://leht.postimees.ee/7164433/professor-viigimaa-kui-geenid-on-kehvad-tuleb-eluviis-veelgi-tervislikumaks-muuta?_ga=2.13857330.405993413.1619245446-904880201.1578765999

Raivo Vilu: kaasaegne toidutehnoloogia ja elustiilihaigused [Võrguväljaanne]

Vilu, Raivo err.ee 2021 / fot [Raivo Vilu: kaasaegne toidutehnoloogia ja elustiilihaigused](#)

Rohkem tähelepanu toitumisele

Vaask, Sirje; Liebert, Tiiu; Maser, Mai; **Pappel, Kaie; Pitsi, Tagli;** Saava, Merileid; Sooba, Eve; Vihalemm, Tiiu; Villa, Inga Eesti Arst 2006 / 5, lk. 313-317 https://artiklid.elnet.ee/record=b1054598*est

Säästame tervist, hoiame kokku aega ja raha

Täht, Riina Aed 1995 / näärikuu

Süda nõuab liikumist

Hanson, Martin Tervis Pluss 2025 / lk. 67-68 : fot https://www.ester.ee/record=b1453514*est

Süda stressi küüsis : [nõu annab Jüri Kaik]

Kaik, Jüri; Laanepere, Eha Kodutohter 2006 / 10, lk. 22-24 : portr https://artiklid.elnet.ee/record=b2039263*est

Südamearst: „Kui mees on 50 aastat vana, tuleb südant kontrollida.“

Ladva, Asso Õhtuleht 2022 / Lk. 6 <https://dea.digar.ee/article/õhtuleht/2022/02/07/3.12>

Südamevalem 0 3 5 140 5 3 0

Viigimaa, Margus Tervis Pluss 2009 / 12, lk. 28-31 : ill

Taavi Merisalu: "Inimene ei ole mõeldud istumiseks, vaid liikumiseks!"

Stõkova, Kristiina Studioosus 2013 / lk. 24-25 https://www.ester.ee/record=b1558644*est

Tasakaalustatud lõuna tagab tervise

Vaask, Sirje; Pitsi, Tagli Postimees 2009 / 23. sept., lk. 20

Terve südame raamat

Viigimaa, Margus; Tänavsuu, Toivo 2022

Tervislik eluviis – kellele ja miks : [intervjuu kulturist Marek Kalmusega]

Stökova, Kristiina Studioosus 2013 / lk. 32-33

Tervislikud eluviisid säästavad südant : [ka TTÜ haldusdirektori Margus Leivo kommentaar]

Eilsen, Stina; **Leivo, Margus** Postimees 2007 / 25. sept., lk. 29 <https://tarbija.postimees.ee/1707521/tervislikud-eluviisid-saastavad-sudant>

Vanemate osa lapse tervete eluviiside kujundamisel

Oja, S.; Sirge, V.; Kaldmäe, P.; Klooren, A.; Suurorg, L. 26. vabariikliku teaduslik-metoodilise konverentsi "Üliõpilaste kehaline kasvatus ja üliõpilassport - mis saab edasi?" teesid, 13. detsembril 1991 1991 / lk. 29-31

Vererõhk taltsaks tabletita. 1.-2. osa

Ende, Üllar Kodutohter 2021 / lk. 26-29 : fot; aug., lk. 34-36 : fot http://www.ester.ee/record=b1072381*est <https://kodus.ee/artikkel/vererohk-taltsaks-tabletiita>

Ööpäev, mis lõi sitke mehe jalust

Pullerits, Priit Postimees 2020 / Lk. 10-11 : fot <https://dea.digar.ee/article/arter/2020/09/05/6.1>