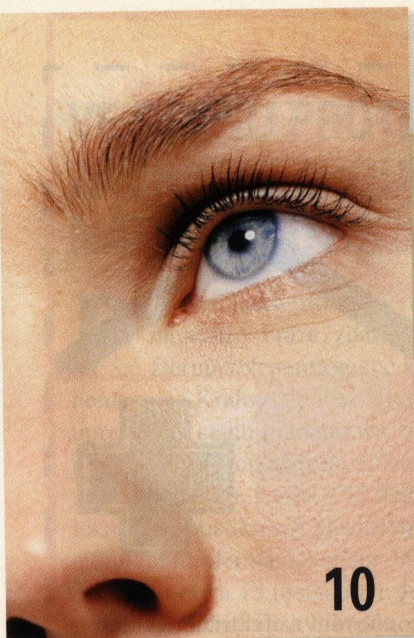
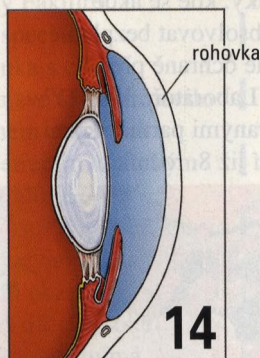




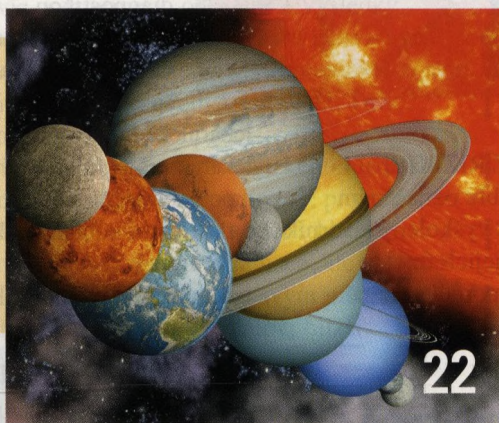
10

Následky nadměrného UV záření se v oku projevují s časovým odstupem. Často se jedná o kombinaci ještě dalších vlivů. Vhodné sluneční brýle nás chrání i před mechanickým poškozením.



14

Reakce kůže na oslunění není u každého člověka stejná. Zarudnutí a bolestivost musíme považovat za projev její obrany a za volání o pomoc. Nemůžeme jen vyčítat slunci, že jeho účinky jsou škodlivější, než byly dříve.



22



60



64



76

Příjemná lehká masáž v těhotenství zbaví tělo nezvyklé únavy ze zvýšené zátěže prostřednictvím reflexních energetických cest, tiší bolesti, osvěží a zharmonizuje celé tělo. Komplexní reflexologii by však měli nastávajícím matkám provádět pouze odborníci. Některé akupresurní body se nesmějí používat.

Aktuality

Hlavní téma PŘIPRAVTE OČI...

26 - 05 - 2008

... na letní slunce, vítr i prach

PROČ SI POŘÍDIT SLUNEČNÍ BRÝLE

Zdraví

SLUNCE V KŮŽI

Jsme závislí na opalování?

MIKROHOUBY

Vezmou zavděk každým milimetrem naší kůže

POHROMY PRO NOHY

Prostředky, které jim uleví

VITAMINY VI

Dodávky kyseliny askorbové

Prevence

RAKOVINA HRTANU

Nebezpečí skryté v hloubce

KOMPLEXNÍ SCREENING

Důkladné "proklepnutí"

Zdraví a linie

DOBROVOLNÉ HLADOVĚNÍ

Jak se léčí ženy, pro které je jídlo trestem

Zdraví a krása

CELULITIDA A STRIE

Ženy se kvůli nim stále pozorují

Dětský lékař

DĚTI NA CESTÁCH

Změnu stravy snášejí jinak než dospělí

Rodina

PORUCHY EREKCE

Problém, o kterém muži žertují, dokud se jich netýká

UŽ JE TADY ZASE VYSVĚDČENÍ!

Přírodní lékárna

MĚSÍČEK ZAHRADNÍ

Starostlivé sluneční kvítí

Koření

SKOŘICE

Svitky plné tepla

Výživa

OBALY POTRAVIN

Více než obrázky jsou důležité přibývající údaje

Alternativní medicína

RADY HOMEOPATA

Letní "karamboly"

Regenerace

MASÁŽE V TĚHOTENSTVÍ

Ne vše je povoleno

Senioři

PARKINSONOVA CHOROBA

Diabetes

BIČ NA NEPOSLUŠNÉ PACIENTY

Co prozradí vyšetření "dlouhého cukru"?

Sport a my

LÉTO NÁS MĚNÍ

Rádi vyklouzneme ze stereotypu

Rozhovor

ILONA SVOBODOVÁ

Při cvičení nemusím přemýšlet

KŘÍŽOVKY

4

10
14

20

26

30

70

35

36

38

42

48

52

56

60

64

66

73

76

78

82

86

88

95, 97