

OBSAH

6 AKTUALITY

HLAVNÍ TÉMA

10 Vítejte v laboratoři



10

KLINIKA

22 Když je v sázce život

První pomoc při oběhových a dýchacích obtížích

26 Na vlastní oči

Zrak je naše filmová kamera

30 Alergie

Proč jich stále přibývá?

34 Břicho v nesnázích

Potíže s trávením zažil již téměř každý

36 Antidiabetické tablety

Další možnost léčby pro nemocné diabetem 2. typu

JÁ A MOJE ZDRAVÍ

40 Rozhovor

Ivana Andrllová

„Rychlý stres překonám celkem snadno“

42 Žena

Rakovina děložního hrdla

Kdo dřív přijde, ten déle žije

47 Muž

Dna

Pacienti vyčkávají, až záchvat poleví

50 Dítě

Kojení

S čím si maminky neví rady

54 Senior

„Přesazení“ ve stáří

Adaptace na život v domově důchodců

58 Rodina

Myšlenky na smrt

Sebevražda je poslední krok



58

PREVENCE

60 Lymfatický otok po operaci prsu

62 Na pomoc játrům

Začnete prevencí proti hepatitidám

64 Jíme zdravě

Dehydrované potraviny

Rychlé „vaření“ ze sáčku

66 Zdraví a linie

4 nejčastější chyby při hubnutí

68 Sport a my

Což takhle dát si... energetickou tyčinku

74 Relaxace

Aromaterapie

Příroda po kapkách



76 ZDRAVÍ A KRÁSA

Lasery

Malá revoluce v estetické chirurgii

84 PŘÍRODNÍ LÉKÁRNA

Mužské záležitosti

Bylinky pro zdraví

89 ALTERNATIVNÍ METODY

Jak homeopatie řeší gynekologické problémy?

Silné krvácení, premenstruační syndrom, výrazná bolestivost...

98 NA KUS ŘEČI

MUDr. Iva Holmerová, Ph.D.