

obsah

6 Nové zprávy

DOMÁCÍ LÉKAŘ

10 Hypertenze se dá
ovlivnit jídelníčkem
Nižší tlak z talíře

SERIÁL

14 Mýtus o veselých
lidech

JAK SE MÁTE?

20 Dara Rolins

KLINIKA

24 Páteř je zdrojem
problémů
30 Děložní čípek v ohrožení
36 Nevědčná role prostaty
42 Mnoho podob lupénky
46 Neškrábej si kůži
54 Šance na vyléčení jater
58 Chyťte zloděje kostí
62 Svět medicíny myslí
na diabetiky
64 Diabetici se obávají ran

PREVENCE

68 Jste nachlazení
a užíváte více léků?

ZDRAVÍ A KRÁSA

70 Pohlázení,
které zkrášluje

PŘÍRODNÍ LÉKÁRNA

78 Rozpouštění stresu

CÍTTI SE LÉPE

84 Zpátky ve hře
do čtvrthodinky

ZDRAVÝ DOMOV

88 Úklid se zdravým
rozumem

ČAS NA ZMĚNU

93 Nordic Walking

ALTERNATIVNÍ METODY

98 Homeopatie vás
vytáhne z únavy

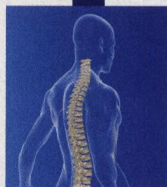
ŽIJEME SE ZVÍŘATY

100 Se zvířetem
u psychologa

NA KUS ŘEČI

114 prof. MUDr. Michal
Kršek, CSc.

14



20

