

obsah

6 Nové zprávy

TÉMA

**8 Hrst tabletek
a lžičky kapek**

Kombinace léků na předpis
a volně prodejných přípravků

SERIÁL

**12 Kdo vyřeší problém
s hubnutím?**

15 Máte nadváhu?

Vaše cvičení má jiná pravidla

JAK SE MÁTE?

20 Peter Nagy

Až mě nenapadne žádná
písnička, budu mrtvý

KLINIKA

26 Náměsíčníci

Spánek s divokým příběhem

**30 Krční páteř jako zdroj
problémů, 1. část**

**34 Máš revmatoidní
artritidu**

Nemoc změnila můj život

36 Bolí celý člověk

40 Rakovina varlat

44 První hodina života

48 Zima hlasívkám

nesvědčí

**52 Úrazy, které změnilly
dějiny, 2. část**

Smrt ješitného krále

54 Zranění na sněhu

ZDRAVÍ A KRÁSA

**56 Sedm rad pro péči
o pleť v zimě**

Nejčastější dotazy žen

PŘÍRODNÍ LÉKÁRNA

64 Rostliny, pomozte!

Je čas viróz a nachlazení

68 Bylinková kuchyně

CÍTIT SE LÉPE

72 Pohoupejte se!

ZDRAVÝ DOMOV

74 Chci cvičit doma

ČAS NA ZMĚNU

**78 Začínáme s...
Curling**

ALTERNATIVNÍ METODY

**81 Průdušky v zimě trpí
Co nabízí homeopatie?**

ŽIJEME SE ZVÍŘATY

**84 Vaše zvířátko může
být diabetik**

NA KUS ŘEČI

98 MUDr. Hana Jarošová



8



20

