

obsah

6 Nové zprávy

DOMÁCÍ LÉKAŘ

10 Ať žije léto a cestování...!

Dovolená je testem naší odolnosti

SERIÁL/NOVÉ TĚLO

24 Záda bolesti zbavená

Jednoduché a účinné cviky zvládne každý

JAK SE MÁTE?

29 Dana Morávková

Na první Paříž nikdy nezapomenu!

KLINIKA

34 Za pět minut dvanáct...

Panika z ujíždějícího vlaku

38 Prostata se postará o problémy

42 Noční můra v Elm street...

Dětské strachování

46 Meteorismus, čili nadýmání

(2. díl)

CÍTIT SE LÉPE

50 Co dělat, když...

Bodnutí hmyzu každý snáší jinak

52 Doping sebevědomí i dobré nálady

56 Krásná, hladká, bez chloupků

PŘÍRODNÍ LÉKÁRNA

62 Pozor, zlá rostlina!

66 Kilometry nad zemí

Pomoc z rostlinné říše

ZDRAVÝ DOMOV

74 Jak na hmyz

ČAS NA ZMĚNU

77 Začínáme s...

Pétanque

Hra (nejen) francouzských důchodců...

ALTERNATIVNÍ METODY

82 S homeopatií na jizvy, kožní defekty a bradavice

ŽIJEME SE ZVÍŘATY

84 Čeho se bojí parazité?

NA KUS ŘEČI

98 doc. MUDr. Robert Lischke, Ph.D.



10



29

