

obsah



CO NÁS ZAJÍMÁ

- 8** Trvanlivost potravin
Dlouhá doba někdy
vyvolává pochyby

KDO NÁS ZAJÍMÁ

- 11** S pacienty se musí mluvit
doc. MUDr. Jiří Kozák, Ph.D.

TÉMA

- 12** STOP vyhoření
16 Buďte pánem svého času
Pět rad jak nebýt pod tlakem

KLINIKA

- 22** Orgánové hodiny
24 Nebojte se gynekologa
28 Také spějete k infarktu?
34 Mami, dej mi prášek!
36 Nad šilháním dítěte nemávněte rukou
38 Připravte děti na kolektiv
42 Sarkopenie
44 Obavy ze zánětů
48 Zhubne diabetik snáze?

MŮJ PŘÍBĚH

- 50** Fabryho choroba nezničí mou fantazii

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 54** Anti-aging - 1. část
Jsme si rovni ve stárnutí?
56 Oprava ulomeného zubu
keramickou korunkou
60 Vylepšit a omladit, prosím!
Než na sebe necháte sáhnout
66 Fitbalet
Fascinace pohybem a splnění snu
68 Spinning
Na kole vždy v suchu

JAK SE MÁTE?

- 72** Lucie Vondráčková
Chtěla jsem zjistit, co vydržím

MŮJ DOMOV

- 76** Čistě ženské záležitosti
80 Homeopatická domácí lékárna
84 Pro teplo doma musíte něco udělat
86 Jak poznáte cukrovku u zvířete?
88 Bod zlomu