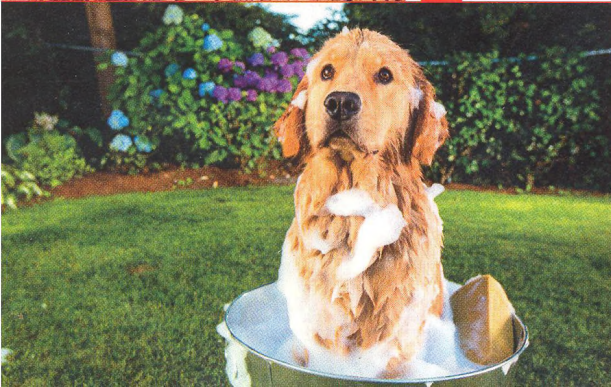
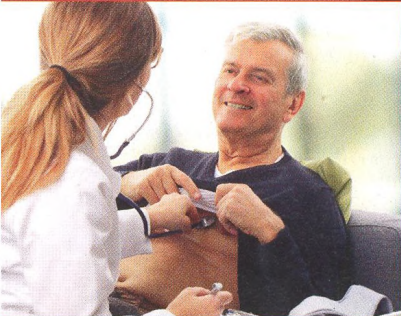
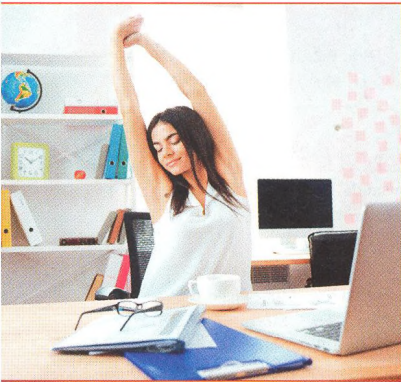


obsah



CO NÁS ZAJÍMÁ

- 6** Pacient a právo

KDO NÁS ZAJÍMÁ

- 8** MUDr. Ester Seberová

SPECIÁL

- 11** Na poradě s fyzioterapeutem
12 5 způsobů, jak posílit střed těla a zlepšit práci orgánů v břiše
14 Čím déle sedíš, tím více jsi nemocný
16 V rizikové skupině
18 Stížnosti na bolesti žil
20 Je vám těžko od žaludku?
22 Trápení s karpálními tunely
24 Alergici v open space
26 V centru hluku a neklidu. Udržet psychickou rovnováhu je obtížné
28 Dopřejte očím lepší podmínky

KLINIKA

- 34** TŘI „pé“ vás mohou stát život
38 Dušnost jako výstraha
42 Dospívání je složité období zrání
44 Dokud vystačíte s dietou
48 S nemocí se musíte dohodnout



DVA LÉKAŘI V RODINĚ

- 52** Ivana a Jiří Hochovi

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 56** Svěží i v pracovní době
60 O zářivý úsměv se musíte postarat sami
64 Chvilka jógy v práci

JAK SE MÁTE?

- 68** Andrea Elsnerová

MŮJ DOMOV

- 71** Vše, co jsme zjistili o šunce
76 Chutě u počítače
80 Pro požitkáře kávy
82 Klid vašim střevům
86 Antimonium tartaricum
88 Nemoci kůže domácích mazlíčků

