

# Obsah

**4/5**

Rychlá dieta pro ty,  
kdo mají naspěch



**6**

Streptokokové nákazy (1) - Angína

**8**

Ptáte se - Seboroická dermatitida

**9**

Botulismus

**10/11**

Tuberkulóza - staronový problém

**12/13**

Poradna Zdraví

**15**

Walkingem za zdravím  
Nebezpečné telefony  
Umíte si poradit?

**16/17**

Život je krásný...  
- setkání z Marií Tomsovou

**18**

Výrobky z obilí

**19**

Rady pro zdraví

**20/21**

Mléko a mléčné výrobky  
- Rady pro dobrý nákup

**22/23**

Kaleidoskop  
zahraničních zajímavostí

**24**

Životní prostředí a naše zdraví

**25**

Test - Dýcháte správně?

**26**

Nevyskakujte z postele!  
Olivový olej a cholesterol  
Ohlašují se játra - varovné signály  
Umělá játra - příslib do budoucna

**27**

Plavání  
Jen módní výstřelek?

**28/29**

Cvičte se Zdravím

**30/31**

Byliny a my

**32/33**

Vaříme pro zdraví  
- Pohanka a jáhly

**35**

Pátráme! Pomůžete nám?

**36**

Z nových knih  
Vybíráme z Praktického slovníku  
medicíny

**37**

Ochrana  
před virovým zánětem mozku

**38**

Křížovka

Foto na titulní straně  
JAN KROUPA