

55



Obsah

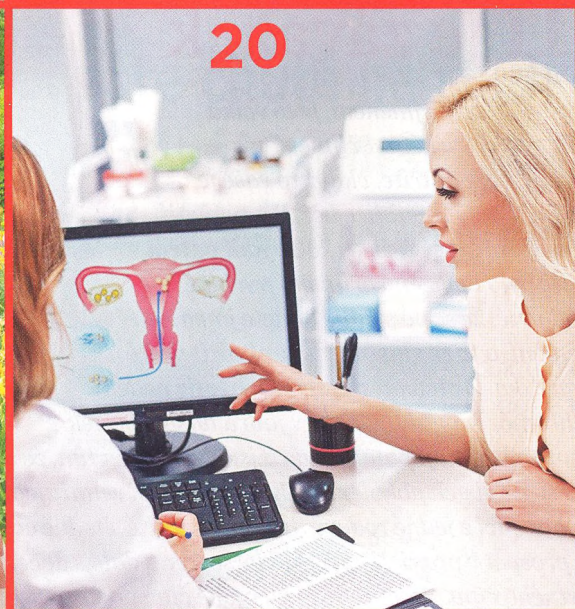
40



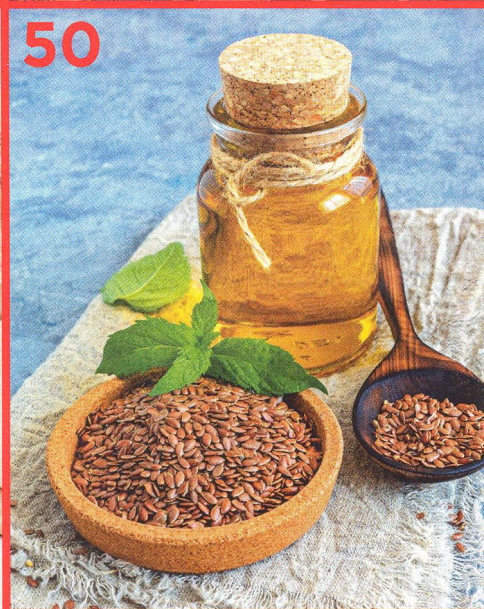
6



20



50



ROZHOVOR

- 6** Nela Boudová
Osud je ke mně laskavý



- 12** Za vším hledej hormony
14 Mění se mé tělo, měním se i já
18 Co pomáhá v menopauze
20 Když gynekolog zavelí
Operaci se někdy nevyhnete

TÉMA

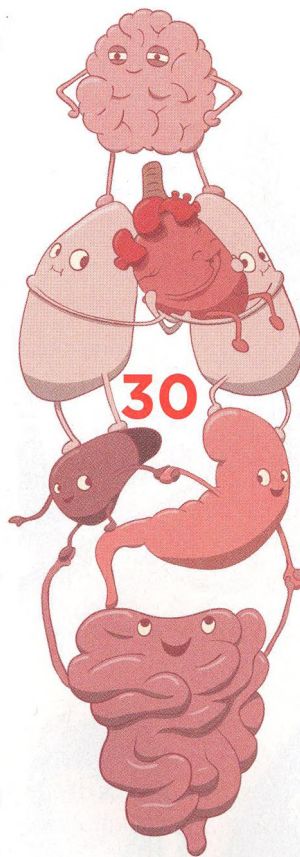
- 22** Zdravý jídelníček začíná v nákupním košíku



22

KLINIKA

- 27** Vitamin E chrání buňky před stárnutím
30 13 důvodů, proč nás bolí žaludek a břicho
Čeho se vyvarovat a jak se léčíme
33 Koliky u malých dětí
Plynatost kojence hodně potrápí
34 Vaginální mykóza je neodbytná
36 Pod povrchem s „Medicínou pro lidi“
Co vydrží žilní systém (5. díl)
38 Křečové žíly je třeba začít léčit včas
40 Nevím, jestli mi František jednou řekne táto



ZDRAVÍ A KRÁSA

- 44** Slunce si vás zase najde
Nejhorší je bezhlavé opalování
47 V bezpečí s opalovacími přípravky
Přírodní faktory chrání před UVA i UVB zářením



47

MŮJ DOMOV

- 50** Lněné semínko a lněný olej
Klíč k delšímu životu bez nemocí
55 Probouzení energie
I v józe platí $E = mc^2$
58 Homeopatie
Hecla lava