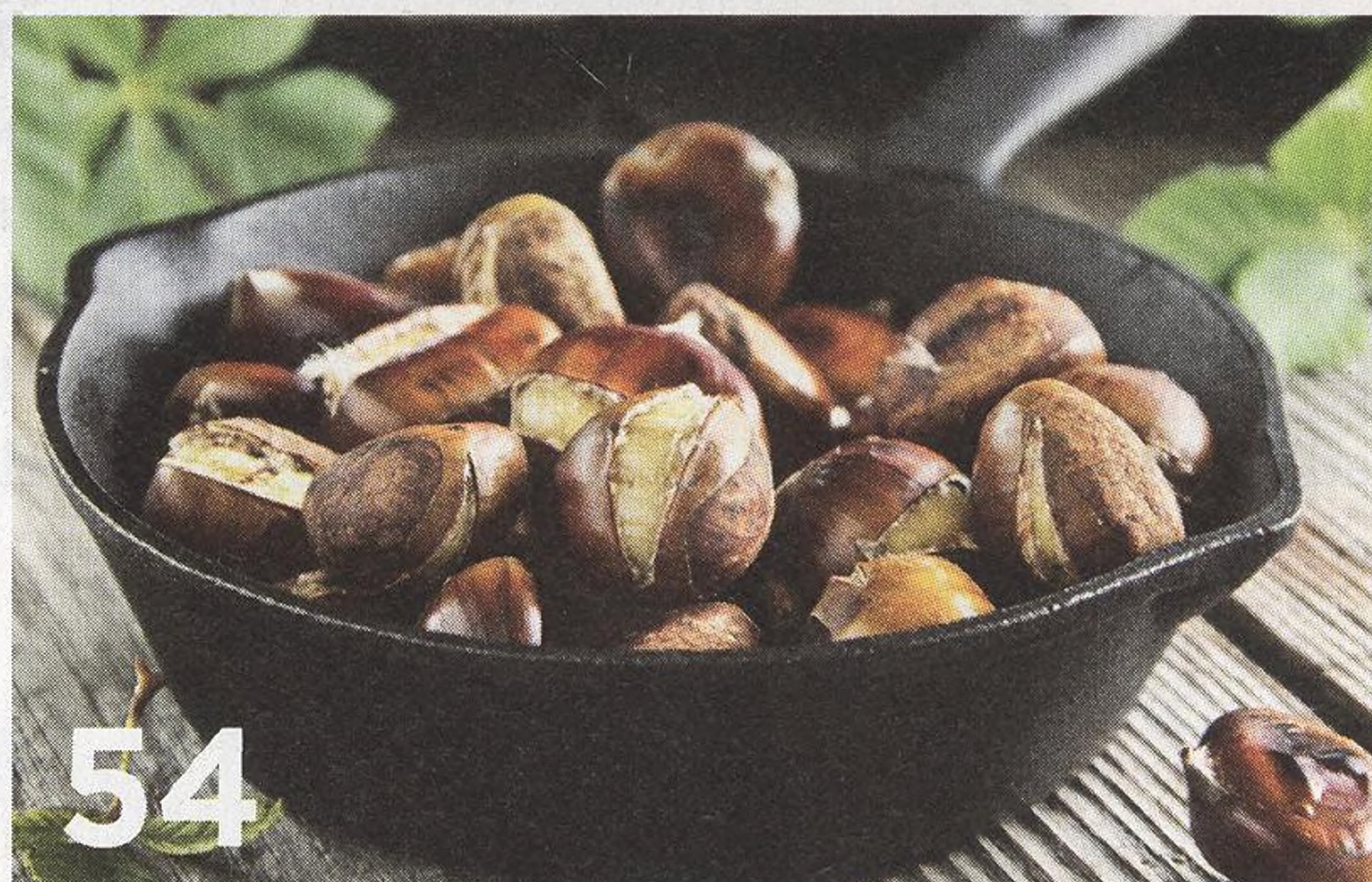
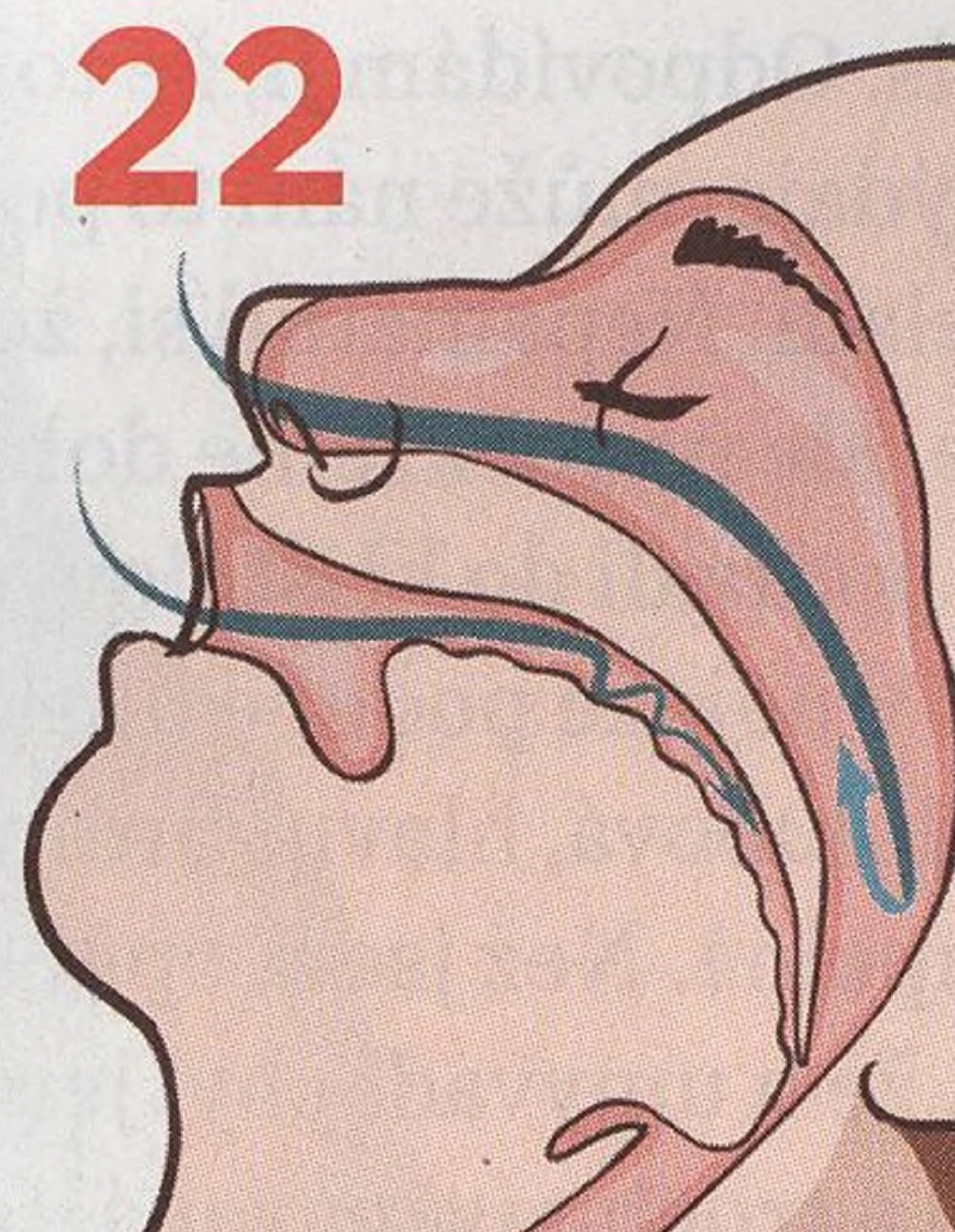
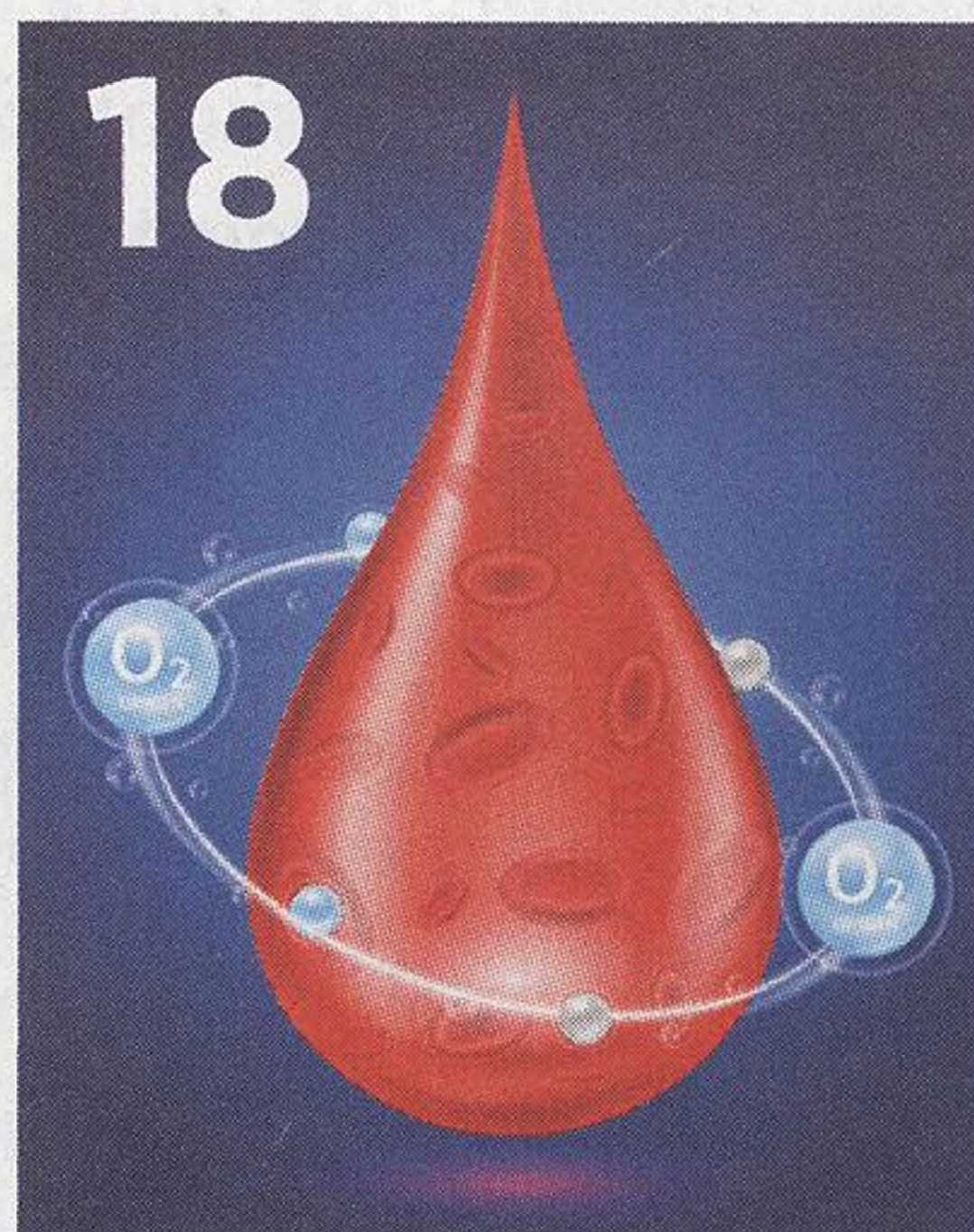
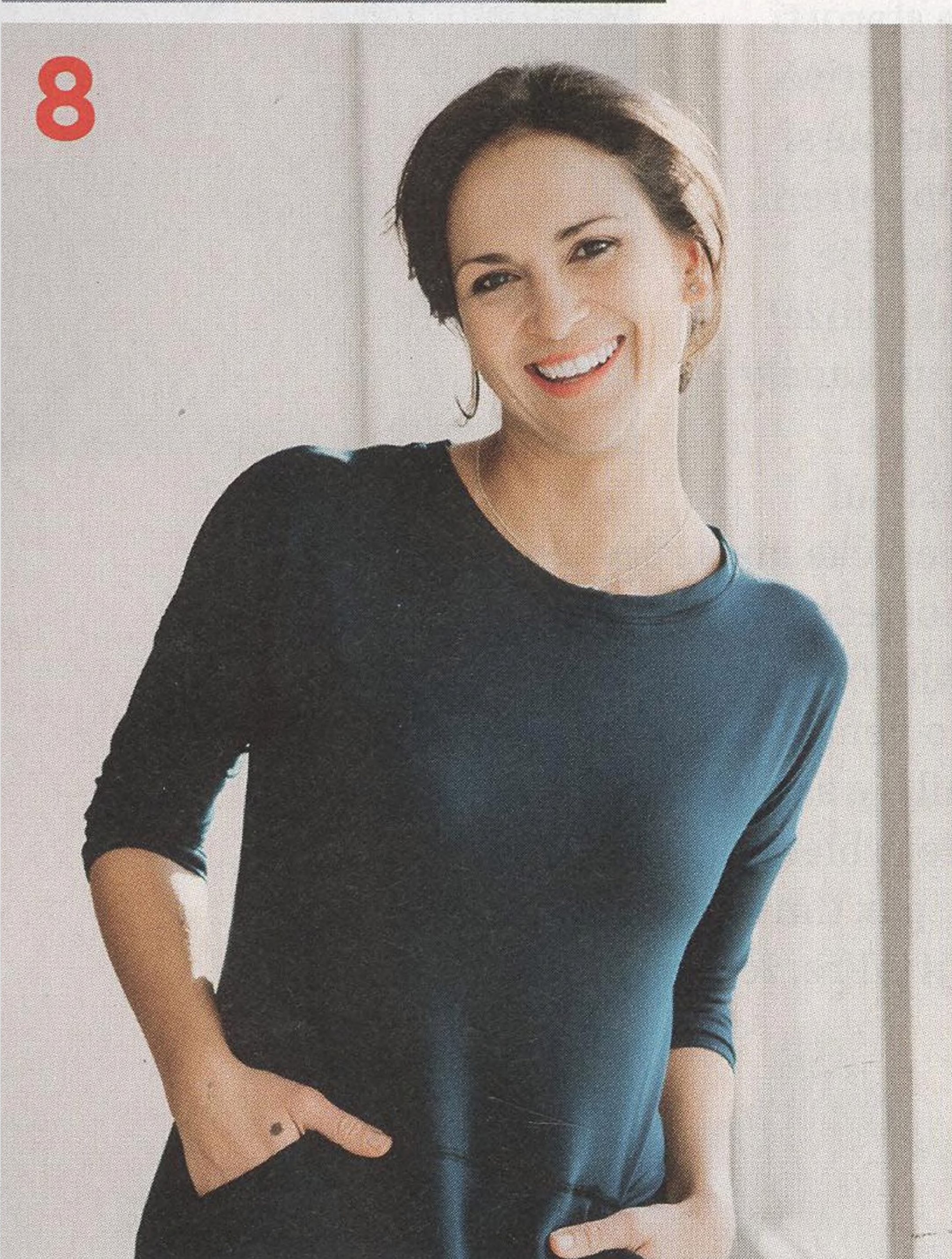




Obsah



CO NÁS ZAJÍMÁ

- 6 Novinky a tipy

ROZHOVOR

- 8 Kristýna Hrušínská
Jsme zvyklí žít pohromadě celá rodina

TÉMA

- 14 Rozumný přístup k imunitě

TĚLO

- 18 Kyslík jako lék

MŮJ DOMÁCÍ LÉKAŘ

- 21 Návrat ke zdraví
Jak se chránit a čím se léčit
- Imunita
 - Chřipka, nachlazení, covid a další respirační onemocnění
 - Jak na nejčastější potíže



MEDICÍNA

- 38 Tipy z lékárny
40 Účinky slatiny
Proč se „nakládáme do bahna“
42 Chronická rýma a chrápání
Problémů vás zbaví speciální zákrok

LÉKÁRNICE ZA TÁROU

- 44 Papiňák za zlepšovák

U DERMATOLOGA

- 46 Rosacea
Nemoc předaná v genech

ZDRAVÍ A KRÁSA

- 48 Vlasový refresh
4 požadavky: kvalita, hustota, lesk a barva
50 Chceme volbu – tipy

HOMEOPATIE

- 52 Nitricum acidum
Hojí pokožku i sliznice

Z PŘÍRODY

- 54 Jedlé kaštiny
Zdravý požitek s chutí oříšků

MŮJ ROK

- 56 Horoskop na listopad

JÍME A TESTUJEME

- 57 Novinky

MOZAIKA

- 58 Tipy pro vás
60 Luštění pro bystrý mozek

FEJETON

- 66 Nové choroby v Domácím lékaři