

## HLAVNÍ TEMA

## ZMĚNILO SE SLUNCE, NEBO MY?

Otazníky kolem opalování

6

## LÉHÁRNA

## SEZNÁMENÍ S VOLNĚ PRODEJNÝMI LÉKY

8

## ZDRAVÍ

## NĚKDY MÍRNÁ, JINDY NEBEZPEČNÁ

Jaká rizika představuje salmonelóza?

10

## JSOU ŽENY NEZODPOVĚDNÉ?

Rakovina děložního hrdla je vyléčitelná, jen musíte navštívit lékaře včas

12

## LÉTO JIM NEPROSPÍVÁ

Křečové žíly nejsou jen kosmetickým problémem. Poradíme vám, jak svým nohám ulevíte

14

## PORADNA

NA VAŠE DOTAZY ODPOVÍDÁ  
PRAKTICKÝ LÉKAŘ A SPECIALISTÉ

16

## LEXIHON

## KDY JE ODSTRANIT?

Máte-li žlučové kameny, možná stojíte právě před touto otázkou

18

## RODINA

## POČETÍ

Velký zázrak hodný obdivu

20

## JEN SILNÍ PŘEŽIJÍ

O rodinné dovolené s nadhledem

22

## DĚTSKÝ LÉKAŘ

## VODOU PROTI ÚNAVĚ

Hlídejte pitný režim svých dětí

24

## SENIORŮ

## ŘÍDNOU VÁM KOSTI?

Jak můžete zmírnit příznaky osteoporózy

26

## DIABETES

## SEŽEŇTE SI INFORMACE

Rady pro diabetiky před odjezdem na dovolenou

28

## ROZHOVOR

## S YVETTOU BLANAROVIČOVOU

30

## RECEPTY

## LETNÍ SALÁTY

31

## HŘÍŽOVKA

33