

<b>Obsah</b>	<b>Aktualitý</b>	<b>4</b>
	<b>Hlavní téma</b>	
	<b>POTÍŽE S KRČNÍ PÁTEŘÍ</b> Vyvolávají i bolesti hlavy	<b>12</b>
	<b>Lékárna</b>	
	<b>CO UŽÍVÁME NA CHRAPOT?</b> Oblíbené jsou pastilky	<b>22</b>
	<b>PROŠLI JSME STOLETÍMI</b> Lékárna U sv. Václava	<b>24</b>
	<b>Zdraví</b>	
	<b>V ZAJETÍ CHRAPOTU</b> Příznak onemocnění dýchacích cest	<b>16</b>
	<b>HEBKÁ KŮŽE NAVŽDY BEZ CHLOUPKŮ</b> Laser změnil vše	<b>20</b>
	<b>KRVINKY NA ÚTĚKU</b> Známé příčiny anemie	<b>26</b>
	<b>JAK ŽIVIT KREV?</b> Chudokrevnost a jídelníček	<b>28</b>
	<b>NEŽ VYKROČÍTE DO SAUNY</b> Dozor by neměl chybět	<b>44</b>
	<b>SYNDROM NEZDRAVÝCH BUDOV</b> Týká se každého z nás	<b>46</b>
	<b>IMUNITA VOLÁ O POMOC</b> Fytoterapie se osvědčuje	<b>58</b>
	<b>KVASINKOVÁ ONEMOCNĚNÍ</b> Nedokončení léčby přivolá zpět obtíže	<b>60</b>
	<b>Poradna</b>	
	<b>NA VAŠE DOTAZY ODPOVÍDAJÍ</b> odborní lékaři a specialisté	<b>30</b>
	<b>Lexikon první pomoci</b>	
	<b>PRVNÍ POMOC</b> Náhlá bolest na hrudi	<b>32</b>
	<b>Rodina</b>	
	<b>SEXUÁLNÍ APETENCE</b> Chuť na milování nevynutíte	<b>34</b>
	<b>JE TO PĚKNĚ NA DRAKA</b> Už mám zase mindráka	<b>38</b>
	<b>Dětský lékař</b>	
	<b>VÝBAVIČKA KOJENCE</b> Nákupní seznam pro budoucí maminky	<b>40</b>
	<b>Základy anatomie</b>	
	<b>EXKURZE HRTANEM</b> Jak se tvoří hlas?	<b>42</b>
	<b>Vůživa</b>	
	<b>KAM MIZÍ VITAMIN C?</b> Vadí mu kyslík a je nejméně stabilní	<b>48</b>
	<b>Bylinky</b>	
	<b>ROSTLINNÁ PROJÍMADLA</b> Užívání je dočasné	<b>52</b>
	<b>Dieta</b>	
	<b>VYSOKÝ KREVNÍ TLAK</b> Dietní ano a ne při hypertenzi	<b>54</b>
	<b>ÚSKALÍ DIET</b> Hladovka je „tutovka“	<b>56</b>
	<b>Cvičíme pro zdraví</b>	
	<b>KONEČNĚ V POSILOVNĚ</b> Nebojte se „mučících“ strojů	<b>62</b>
	<b>Relaxace</b>	
	<b>EXOTICKÉ BYLINY</b> Kralují v lidovém léčitelství	<b>64</b>
	<b>Senioři</b>	
	<b>STÁŘÍ A NEMOC</b> Žebříček nejčastějších diagnóz	<b>66</b>
	<b>Diabetes</b>	
	<b>SVĚTOVÝ DEN DIABETU</b> Začátek aktivního života	<b>72</b>
	<b>DIABETICI A PRÁCE</b> Volba povolání a profesní problémy	<b>74</b>
	<b>Recepty</b>	
	<b>PŘIVÍTEJTE PODZIM</b> Vaříme z darů zahrady	<b>78</b>
	<b>Hřížovka</b>	<b>79</b>

26-10-2005