

Obsah	Aktuality	4
	<b>Hlavní téma</b>	
	<b>VADNÉ DRŽENÍ TĚLA</b> Léčebná opatření fungují	2 8 -11- 2005 10
	<b>VADY PÁTEŘE</b> Mohou ohrozit fungování orgánů	12
	<b>Lékárna</b>	
	<b>POMOCNÍCI V NOUZI</b> Prostředky tišící bolest	20
	<b>PARACELSUS PRACHATICE</b> Nechceme jen vzpomínat	24
	<b>Zdraví</b>	
	<b>ZIMNÍ ÚNAVA</b> Sepětí s cykly přírody	16
	<b>IMUNITA A ROSTLINY</b> Urychlení léčby nejen při infekcích	18
	<b>INFEKCE PŘEŽÍVAJÍ DÁL</b> Nevítaný comeback starých nemocí	24
	<b>VYUŽITÍ KANABINOIDŮ</b> Návraty do medicíny	26
	<b>PŘÍNOS KONOPI</b> Nejen v potravinářství a v kosmetice	28
	<b>ZAMĚŘTE SE NA BŘICHO</b> Cvičení podle Ludmily Mojžíšové	40
	<b>SVALOVÁ HOREČKA</b> Reakce na tělesnou zátěž	44
	<b>CHIRURGICKÁ LÉČBA OBEZITY</b> Kdy je vhodná operace	46
	<b>ÚPRAVA STRAVY JE ZÁKLAD</b> Léčba meteorismu	52
	<b>CO UKÁŽE SUCHÁ KŮŽE</b> Vnější projev dalších nemocí	56
	<b>ČTYŘLÍSTEK PRÁV PACIENTA</b> Příběhy z ordinací	58
	<b>KONEC KŘEČOVÝCH ŽIL</b> Laser je šetrně odstraní	70
	<b>Poradna</b>	
	<b>NA VAŠE DOTAZY ODPOVÍDAJÍ</b> odborní lékaři a specialisté	30
	<b>Rodina</b>	
	<b>OPIČÍ LÁSKA</b> Vztah přímo k udušení	32
	<b>Dětský lékař</b>	
	<b>HOVORY S RODIČI</b> Časté dotazy rodičů na dětského lékaře	34
	<b>Základy anatomie</b>	
	<b>CESTA PLÍCEMI</b> Trápí je nejen kuřáci	38
	<b>Vůživa</b>	
	<b>PODVÁHA JE ZRADA</b> Někdy se léčí hůře než obezita	48
	<b>ZÁSLUHY VLÁKNINY</b> Umí nejen nasýtit	66
	<b>Bylinky</b>	
	<b>BYLINKA A KOUZLA</b> Moc rostlin v pověrách	50
	<b>Dieta</b>	
	<b>OBELSTĚNÍ ZLATÉHO PRASÁTKA</b> Povánoční kilogramy	54
	<b>Cvičíme pro zdraví</b>	
	<b>LÉK NA PŘEDVÁNOČNÍ SHON</b> Utečte do posilovny	68
	<b>Relaxace</b>	
	<b>TRADIČNÍ ČÍNSKÁ MEDICÍNA</b> Nemoc je signál nerovnováhy	60
	<b>Diagnostické metody</b>	
	<b>GASTROENDOSKOPIE</b> Podívejme se do žaludku	64
	<b>Senioři</b>	
	<b>ZOOTERAPIE U SENIORŮ</b> Kontakt se zvířetem zmírňuje dopady stáří	72
	<b>Diabetes</b>	
	<b>DIABETIKŮM POD STROMEČEK</b> Tipy na užitečné dárky	74
	<b>Recepty</b>	
	<b>AŽ ZAVONÍ PURPURA</b> Vánoční lahůdky	78
	<b>Hřížovka</b>	79