

OBSAH

| | |
|--|-------|
| Antibiotika ano či ne? (MUDr. F. Výmola, Ph.D.) | 2 |
| Nahlédněte pod pokličku | 3 |
| Jak si hýčkat játra (M. Vrtílková) | 4 |
| Co prospěje dobrému trávení? (M. Vrtílková) | 6 |
| Nesedlo vám jídlo? (M. Vrtílková) | 7 |
| Rovnováha zásad a kyselin (V. Ďurina) | 8 |
| Novinky pro zdraví (A. Vejvodová) | 9 |
| Inspirace z Východu | 10 |
| Čas je tvůj život | 11 |
| Onkologický průvodce (Prof. MUDr. Z. Dienstbier, DrSc.) | 13 |
| Poradna doktora Pelnáře | 13 |
| Poradna andělské terapie (J. Peschlová) | 14–15 |
| Úžasná síla emocí | 15 |
| Esence zvířat (Kaiserovi) | 19 |
| Silvova metoda ovládnání vlastní mysli (A. Vejvodová) | 20–21 |
| Milíčka habešská – fet (J. Teplíková) | 22 |
| Vnitřní zateplení šetří kapsu (Reissoví) | 24 |
| Inspirace z Itálie | 25 |
| Český Matrix X. (MUDr. J. Hrušovský) | 26 |
| Naslouchání XIII. (B. Nový) | 26 |
| Žijte nyní, stárňte později | 27 |
| Numerologie není jen mřížka čísel (A. Vejvodová) | 28 |
| Ve znamení Štíra (B. Jaroš) | 29 |
| Jsmo to, co jíme (B. Tichanovský) | 31 |
| Jak žili a jedli naši předkové (O. Kalinová) | 32 |
| Homeopatie zlepši zažívání (M. Valášková) | 33 |
| Nové souvislosti v léčení III. (ing. H. Bláhová) | 34–35 |
| Ranní ptáče dál doskáče? (Anna Vejvodová) | 36 |
| Z novinek nakladatelství Pragma | 37 |
| Jóga pro harmonizaci čakr II. (J. Poupětová) | 38 |
| Feng šuej | 38 |
| Zelená lékárna (Jaroslav Našinec) | 40 |

ČASOPIS PRO ZDRAVÍ
A ALTERNATIVNÍ LÉČENÍ
XVIII. ročník • číslo 11

2008

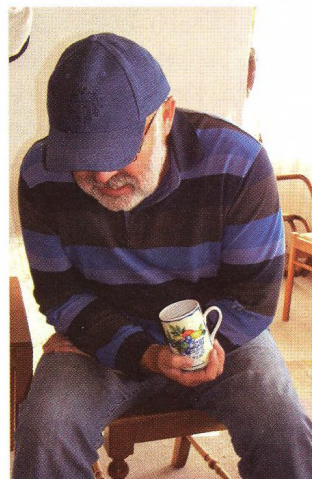
REGENA listopad

Antibiotika ano či ne? 2



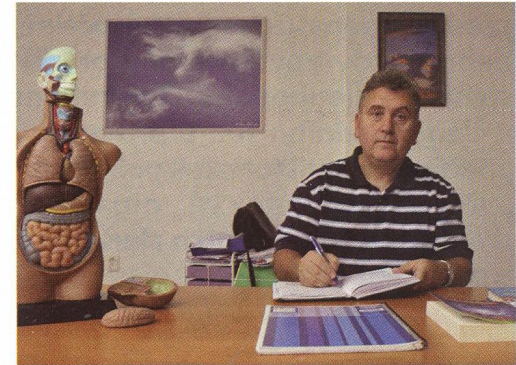
Jak vidí užívání i zneužívání antibiotik imunolog, dlouhodobý konzultant WHO? Je třeba jimi šetřit nejen z ekonomických příčin, ale zejména kvůli ohrožení imunity pacientů.

Nesedlo vám jídlo? 6–7



Čaj zabírá na trávení, zvládá krevní tlak i boj s cholesterolem. Což takhle dát si čaj? A který je lepší? Černý nebo zelený? Záleží též na správné přípravě, na kvalitě nápoje má vliv i použitá voda.

Silvova metoda kontroly mysli 20–21



V současné době přemíry informací nám může pomoci jediné kontrola mysli. Jedním z největších dobrodružství 20. století zájemce provedou zkušební odborníci.

Jóga pro harmonizaci čakr 38

Cvičení jógy může pomoci k obohacení těla i duše. Uvedené cviky posilují přísun energie, jejíž nedostatek nás neustále trápí. Zkuste cvičit s Regenou!

