



SIMONA STAŠOVÁ: ÚSPĚCH NENÍ PRO LENOCHY A SKUHRALY

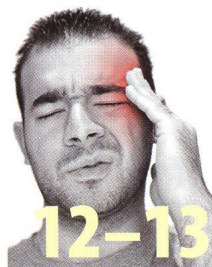
Simona Stašová, která již dávno není vnímána „jen“ jako dcera slavné Jiřinky Bohdalové, ale svou pílí a prací si právem vydobyla stabilní pozici na českých divadelních prknech i ve světě stříbrného plátna. Vypadá báječně a v době uzávěrky dubnového čísla Nové Regeny zrovna oslavovala s rodinou narozeniny. Přesto si na nás udělala čas a prozradila svůj recept na úspěch i zdraví a podělila se o své radosti.

ALERGIE TĚ NEZABIJE (?)

Alergie již dávno není označována „módní nemocí“, jak tomu bylo koncem šedesátých let. Tento náhled se s rapidním šířením alergických potíží značně změnil. Jaké jsou nejčastější druhy alergií a jak si s nimi může poradit alternativní léčba? Víte, že alergie se může projevit jakémkoli věku? Dokládá to i příklad z praxe MUDr. Rudolfa Zemka, autora článku.



8-10

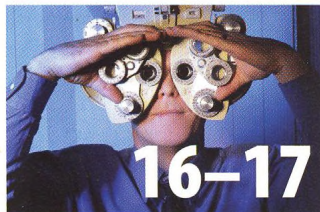


HLAVA V OBRUČI BOLESTI

Bolesti hlavy poznal takřka každý, však také patří k nejčastějším příčinám návštěvy lékařských ordinací. Ač lékaři rozeznávají několik druhů bolestí hlavy, nikdo (ani z postižených) pořádně neví, odkud se bolest hlavy bere a co je její příčinou. Ostatně, zpravidla se jich kumuluje víc.

OKO – DO SVĚTA OKNO

Zpravidla po šedesátce, někdo už dříve, vidí za šera hůř, před očima dokonce mívá mlhu. Jednomu se zhorší vidění do blízka, jinému na dálku, někdo vidí špatně v jasném světle, další v šeru. Příčina je společná: katarakta neboli šedý zákal. Jde o onemocnění poměrně časté. Čtěte, jak oční zákal léčit, kolik procent populace postihuje a jak provést jednoduchý test při podezření začínajícího glaukomu.



16-17

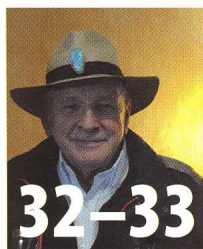


TĚLO DO ČISTÍRNY? NENÍ TŘEBA, STAČÍME SI SAMI!

Jak odlehčit po náročném zimním období tělu, odplavit z něj toxiny a nezaměnit půst s vyhladověním. Štručný návod na očistnou kúru v praxi i příklad postního jídelníčku, to vše najdete v článku Anny Vejvodové na straně 20–21.

MMS – GABRIELIN TROJSKÝ KŮŇ

John Wayne přináší v informačním bulletinu druhou část článku (první část byla otištěna v minulém, březnovém čísle), v němž uvádí na pravou míru informace o MMS, které na zveřejnila MUDr. Gabriela Segura.



32-33

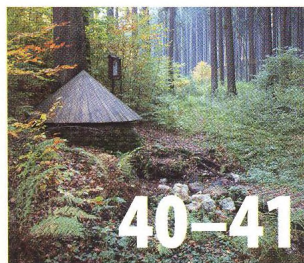


RAKYTNÍK ŘEŠETLÁKOVÝ

Přes plot z rakytníku vám jistě nikdo nepoleze. Těžko by se probojovával, neboť jeho trny jsou hojné a pod kůží značně bolestivé. Zato léčivé účinky rakytníku jsou vynikající. Rostlina rakytníku se využije skoro celá, plody – oranžové bobulky jsou nabitě vitamíny, byť jsou velmi kyselé chuti. Jak je nejlépe sklízet a k čemu všemu využít, se dozvíte v článku na straně 38–39.

PRAMENY – BOLZANOVA STUDÁNKA

Další putování za českými prameny, tentokrát do kopců Vysočiny k Bolzanově studánce poblíž Těchobuzi. O setkání s tajemnou postavou Bernarda Bolzana se s vámi podělí Jiří Škaloud.



40-41