

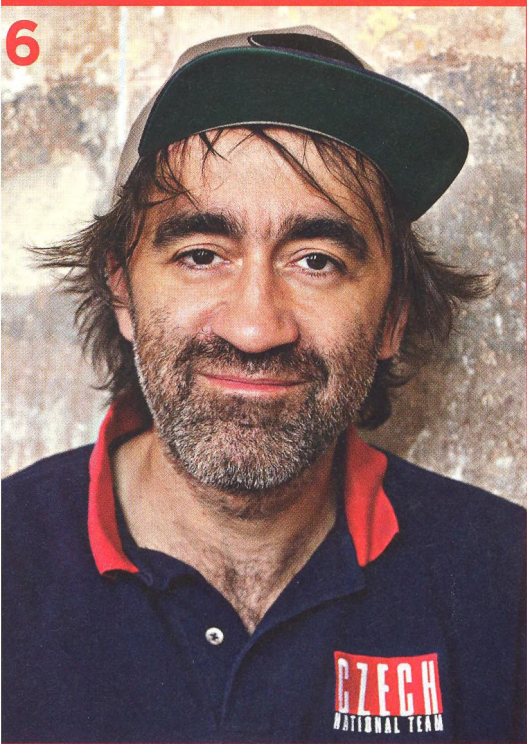


10

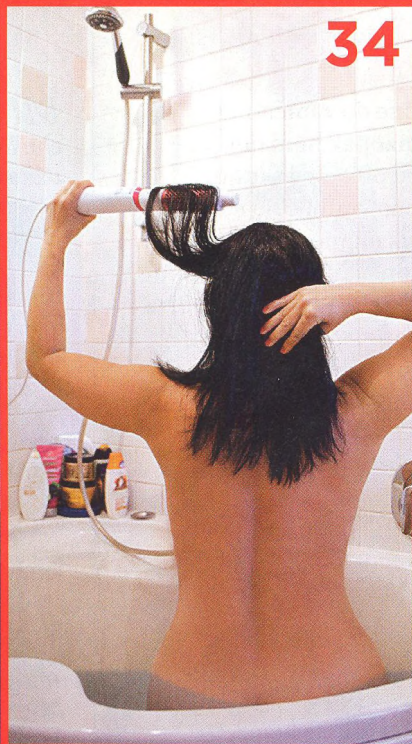
# obsah



37



6



34



17

## ROZHOVOR

- 6 Jakub Kohák  
Nemusím nikomu nic dokazovat

## INSPIRACE NA ZÁŘÍ

- 10 Začít znovu a jinak  
Jak a s kým?

## SPECIÁL PRÁCE A ZDRAVÍ

- 14 Efekt ucházejícího balonu  
17 Kdy a proč vás nebudou bolet záda  
22 Zařídte očím pohodu  
25 Zdravotní gramotnost  
28 Oběd v práci



25

## KLINIKA



- 34 Učte se s námi první pomoc  
Úrazy elektrickým proudem
- 37 Jak to dělají lékaři  
Operace halluxu a patní ostruhy
- 40 Nová metoda - jiné řešení varixů  
Nefunkční žíly uzavře lepidlo
- 42 Na kus řeči s prof. MUDr. Davidem Cibulou  
Sílu čerpám z rodiny
- 44 Problémy se spaním  
Spánek v krizi

## ZDRAVÍ & KRÁSA

- 48 Pigmentové skvrny  
Nechceme kvůli nim vypadat starší
- 50 V jednom tónu  
Kosmetické tipy a rady
- 51 Krevní destičky  
Dokážou hojit, regenerovat a omladit pleť
- 52 Vybavena na září  
Novinky, které si můžete nakoupit

## MŮJ DOMOV

- 54 Ve spěchu, ale zdravě  
Jídlo pro lepší den
- 56 Calcarea fluorica - homeopatie
- 58 Čisté a útulné bydlení - tipy a nápady