

Z obsahu

Rozhovor s MUDr. Janem Vojáčkem 6
Mgr. Věra Keilová

TÉMA: IMUNITA – ZÁKLAD ZDRAVÍ

Přirozená ochrana 10
prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

Imunita – souhra mozků
v hlavě a v břiše 14
MUDr. Ludmila Bendová

Imunita a naše strava 17
MUDr. Vladimíra Strnadlová,
Jan Zerzán

Patnáct minut pro imunitu 19
Ing. Yvona Švecová

Recepty pro silnější imunitu 21
Charlotte Matysková

Skutečné životní poslání 24
Silvia Salow

Píseň mého srdce 26
Ing. Jiří Mazánek

O borové sosně 28
Václav Větvíčka

Genistein ochrání klouby i srdce,
pomůže zhubnout 30
Mgr. Blanka Gololobovová

Léčebné obrazce: regenerace
organismu 32
Jan Hnilica

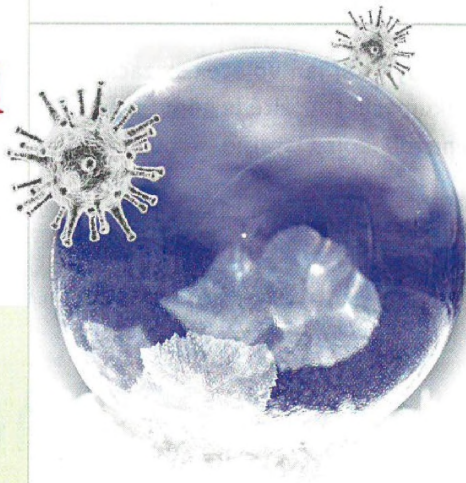
Co byste měli vědět o rakovině (2) 34
MUDr. Ludmila Eleková

Jak se vyléčit z endometriózy 38
MUDr. Monika Síčová

Astroporadna 42
Mgr. Marie Hlávková Plochová, Ph.D.

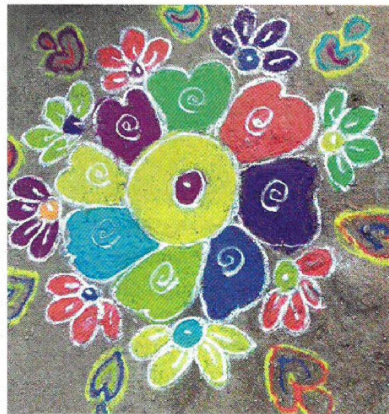
Zajíc a zdraví v roce 2019 44
Eva Joachimová

Astrokukátko 46
Ing. Zdeněk Bohuslav



Téma: Imunita – základ zdraví 10

Imunitní systém patří k základním systémům lidského těla, vyvíjel se miliony let a průběžně se zdokonaloval. Je velmi důmyslný a díky tomu se dokáže adaptovat na různé podmínky. V článkách na toto téma si připomeneme, jak imunita vlastně funguje a jakými způsoby ji můžeme podpořit. Stále totiž platí, že bez imunity není života. Zamysleme se i nad tím, proč v současné době přibývá imunitních poruch.

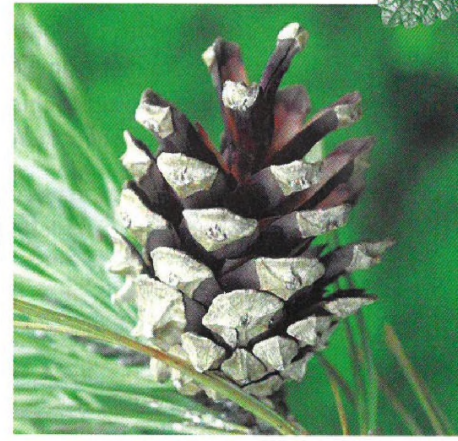


Skutečné životní poslání 24

Štěstí hledáme v náruči milovaného člověka nebo alespoň někoho, kdo nám věnuje dostatek pozornosti a my se potom cítíme plnohodnotnější. Každý má právo hledat své štěstí, ale ne všechna místa, kde jej hledáme, nám přinesou pocit trvalé radosti. Když si přiznáme, co je pro nás nejdůležitější a dáme si svolení za tím jít, poznáme novou rovinu štěstí, která je nezávislá na okolních událostech.

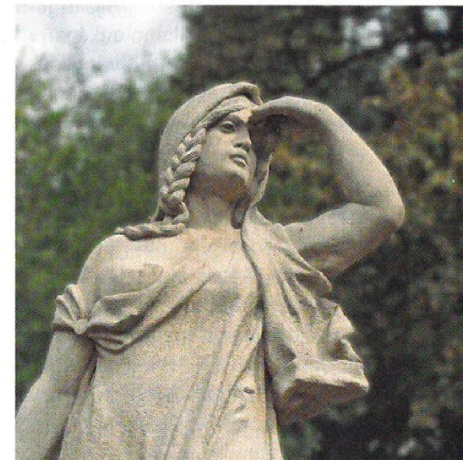
Léčebné obrazce: regenerace organismu 30

Náš dlouholetý spolupracovník, přední český psychotronik Jan Hnilica, připravil přímo pro toto číslo Meduňky speciální energetický obrazec na podporu regenerace organismu. V článku najdete také podrobný návod, jak léčebné energetické obrazce používat.



O borové sosně 26

Druhá půlka března a duben jsou těmi nejlepšími měsíci pro sklizeň borových pupenů, kterým se říká svíčky. Mladé, rašící pupeny borovice lesní se užívají jako léčivá droga. Sbírají se před plným rozvitím ve stadiu, kdy ještě budoucí jehlice nejsou dost zřetelné. Suší se ve stínu, přirozeně a bez zahřívání.



Jak se vyléčit z endometriózy 36

Na základě dotazu čtenářky Jiřiny připravila MUDr. Monika Síčová rozsáhlý článek o možnostech léčby endometriózy pomocí přírodních postupů. Autorka také radí, jak dosáhnout optimální hormonální hladiny, která je pro celkové vyléčení zásadní, i jak máme pečovat o svou vnitřní ženu.