

# Z obsahu

Rozhovor s Milenou Královou ..... 6  
Mgr. Věra Keilová

TÉMA:  
BOLESTI A JIZVY NA TĚLE I NA DUŠI

**Bolesti hlavy, migrény a neuralgie** ..... 10  
Iva Lhotská

**Fascie, jizva, bolest** ..... 15  
Bc. Natálie Kašpárková

**Ošetření jizev v prevenci  
zdravotních potíží** ..... 18  
MUDr. Zuzana Vančůříková,  
Mgr. Pavla Sakařová

**Poselství bolesti** ..... 20  
Jitka Ševčíková

**Bolest v přímém přenosu** ..... 23  
Mgr. Věra Keilová

**Bolest v zádech –  
chybný postoj k životu** ..... 25  
Mgr. Pavel Kloud

**Jak (vy)léčit bolest na duši** ..... 28  
Mgr. Marie Plochová Hlávková, Ph.D.

**Akupresura – body první pomoci** ..... 30  
Eva Joachimová

**Turecké zeli** ..... 34  
Václav Větvíčka

**Abeceda zdravých potravin:  
obiloviny** ..... 36  
Ing. Iveta Kulhánková

**Bolest jako signál** ..... 40  
MUDr. Ludmila Eleková

**Největší biologický experiment** ..... 43  
Ing. MgA. Marek Kopčaj

**Meduňka dává prostor  
svým čtenářům** ..... 44

**Astrokukátko** ..... 46  
Ing. Zdeněk Bohuslav

Foto V. Keilová, M. Ryšavá, Pixabay

