

Z obsahu

Rozhovor s MUDr. Soňou Pekovou ... 6
Mgr. Věra Keilová

TÉMA: CESTY NAŠÍ KRVE

**Srdečně cévní systém
a jeho zdraví** 10
prof. RNDr. Anna Strunecká, Dr.Sc.

**Zdravé cévy a srdce z pohledu
tradiční čínské medicíny** 14
Mgr. Kristina Beranová

Zdravé cévy a přírodní léčba 17
Bc. Martin Kolár

**Jak předcházet chronické
zánětlivosti v cévním systému** 18
Charlotte Matysková

Top 10 bylin pro ženské zdraví 20
Tetiana Kovaříková

**Jarní očisty a tradiční čínská
medicína aneb Jak podpořit
prvek Dřeva** 22
Eva Zimmelová

Esence jako duchovní průvodce 24
Mgr. Petra Suchá

Oleje – zázračná léčiva 28
Iva Lhotská

**Bylinka měsíce dubna:
Šišák bajkalský** 32
Bc. Martin Kolár

O hormonech: aldosteron 34
MUDr. Ludmila Eleková

Meduňka na druhou 37
Václav Větvička

Indie – láska na první pohled 38
Lenka Lorien

Nástrahy pro kočku 42
Zdeňka Kudová

Na vlně ceremoniálního kaka 44
Daniela Pečínková

Astrokukátko 46
Ing. Zdeněk Bohuslav