

Слово редактора

Здравствуйте, дорогие читатели! Рада приветствовать наших постоянных друзей, и вновь прибывшим — добро пожаловать! Читайте наше издание на здоровье, делитесь своим опытом с другими на его страницах, участвуйте в наших конкурсах и викторинах.

Перечень главных тем наших выпусков в 2023 году:

январь — анемия, дискинезия желчных путей, тонзиллит;

февраль — холецистит, периодонтит, отит;

март — бактериальный вагиноз, трещины кожи, невроз;

апрель — энурез, алкоголизм, геморрагический васкулит;

май — псориатический артрит, атеросклероз, уретрит;

июнь — гипоацидный гастрит, мочекаменная болезнь, миома;

июль — эндометриоз, невралгия, острые кишечные инфекции;

август — дуоденит, аскаридоз, цистит;

сентябрь — маточные кровотечения, панкреатит, трахеит;

октябрь — трофические язвы, ревматизм, пиелонефрит;

ноябрь — лямблиоз, колит, стенокардия;

декабрь — ожирение, аутоиммунный тиреоидит, остеохондроз. Если в данном перечне вы не нашли заболевание, которое вас интересует, — напишите в редакцию, и мы обязательно опубликуем способы его лечения.

Светлана ГОНЧАРОВА, редактор

ВОПРОС-ОТВЕТ

Вода с лимоном и медом поможет почкам	4
После удаления вен	4

ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

Выстраиваем «правильные» отношения с углеводами	6
---	---

СЛОВО ЛЕЧИТ

Гепатоз подкрадывается незаметно.....	8
Ячменю — кукиш!.....	9
Вернуть гармонию в семью	9

САМ СЕБЕ ДИАГНОСТ

Отеки расскажут о многом.....	10
-------------------------------	----

АНЕМИЯ

Малокровие	11
«Полоса препятствий» для железа	12
Во всем виноват... белок?	14
Программа-минимум по устранению дефицита железа	15
Малокровие у детей.....	16

ДИСКИНЕЗИЯ ЖЕЛЧНЫХ ПУТЕЙ

Нарушенная моторика	18
Это типичное проявление холецистита	19

ТОНЗИЛЛИТ

Ангина — пик воспаления	24
Борясь с инфекцией, главное — не навредить себе	25
Если ангина «душит»	26

МОЙ РЕЦЕПТ

Расторопша с мятой — от алкогольной полинейропатии	27
Если пучит живот.....	27
Полиартрит: травы в суп не надо!	30
Мазь с желтком и воском от пролежней... ..	31
Мощное средство при узловом зобе.....	31

АСТРОЛОГИЯ И ЗДОРОВЬЕ

Гороскоп здоровья на февраль	33
------------------------------------	----