

ДАВЛЕНИЕ В НОРМЕ 120/80

№ 7 (50),
июль
2023

Новинка!

СОЦИАЛЬНО ЗНАЧИМЫЙ ТОВАР



6
стр

**Лекарственные
препараты:
читайте
инструкцию!**

Подробности в интервью с кардиологом
Аллой ДЕМИДОВОЙ

9
стр

**Считать ли
калории худеющим**

18
стр

Лаванда
от мигрени
и бессонницы

27
стр

Луковая диета.
Плюсы и минусы

14
стр

Плохо слышите?

Проверьте давление

До 31 августа
подпишитесь
на 1-е полугодие
2024 года
по ценам
прошлого
полугодия!
Подписной индекс
ПР502

ISSN 2658-7076



2 300 7 >



9 772658 707006

Толока

16+

23
стр

Лето —
сезон красных овощей

Об их пользе рассказы-
вает нутрициолог
Екатерина АНДРЕЕВА

