

Слово редактора

Здравствуйтесь, дорогие читатели! Август щедр на свои дары — так и хочется сорвать с грядки спелый помидорчик или ароматный огурчик и тут же съесть. Но не забывайте о том, что все, что выросло в саду и огороде, нужно очень тщательно мыть перед едой, чтобы ненароком не подцепить гельминтов. Сегодня мы поговорим лишь об одной разновидности кишечных паразитов — аскаридах. Берите на заметку советы специалистов и опыт читателей. Желудочно-кишечный тракт смело можно назвать Дорогой Жизни. Здесь рождается иммунитет и закладываются основы крепкого здоровья. Стоит повредить какой-то один орган, и все начинает сыпаться по принципу домино. Дуоденит, о котором речь пойдет сегодня, — это воспаление двенадцатиперстной кишки. Честно говоря, я была поражена, углубившись в эту тему, сколько здесь может быть вариантов. Прямо не болезнь, а какой-то калейдоскоп! И симптомы настолько разнообразны, что не сразу поймешь, язва это или гастрит, панкреатит или колит... А разобраться надо, и чем раньше — тем лучше, потому как дуоденит способен перерасти в куда более опасные состояния. О том, как «вычислить» эту болячку и избавиться от нее, как изменить питание, чтобы восстановить работу ЖКТ, — читайте в выпуске.

Светлана ГОНЧАРОВА, редактор

ВОПРОС-ОТВЕТ

Панкреатит, анемия, рефлюкс?
Есть решение! 4

АКТУАЛЬНО

Скрытая угроза жизни:
бляшки, тромбы, кальцинаты..... 8

ПИТАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ

Сколько пользы в томате? 10
Топ продуктов на каждый день
по версии Криса Крессера 11

САМ СЕБЕ ДИАГНОСТ

Хорошо ли работает ваш кишечник? 12

ДУОДЕНИТ

Нарушение пищеварения 13
Недетская проблема..... 14
Симптом манной крупы 16
Устраните причину воспаления 17

ЦИСТИТ

Рези и жжение..... 18
Мужчины, будьте начеку! 19
Опасный «спутник жизни» 20
Чай из плодоножек вишни
снимет воспаление 21
Женский сбор от цистита и не только 22
Не раздражайте свой мочево-
вой неправильной едой!..... 23
Помощь су-джок 23
Под маской цистита 24

АСКАРИДОЗ

Эти коварные паразиты... 25
Лечебное трио:
черный орех, семечки тыквы и девясил.... 26
История одной врачебной ошибки
с хорошим концом 27
Еще раз о профилактике..... 28

МОЙ РЕЦЕПТ

При болях в селезенке 29
Как я избавилась
от полипа и выделений 30
2 сентября повышайте либидо 31
Ореховая настойка при миоме 31

ПОЙТЕ НА ЗДОРОВЬЕ!

«Ой, завьюжило, запорошило» 31

АСТРОЛОГИЯ И ЗДОРОВЬЕ

Гороскоп здоровья на сентябрь 33