

Слово редактора

Здравствуйте, 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 что 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 мочевой	
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
-------------------------------------	----