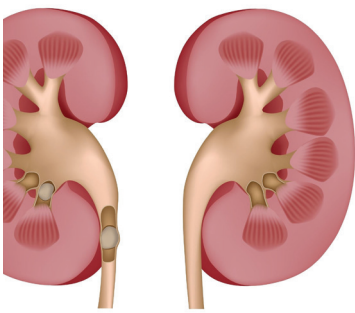


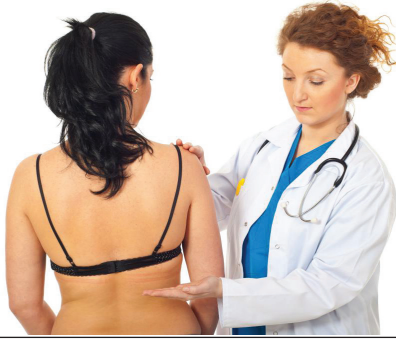


Gurët në veshka, trajtimi pa ilaçe

Mjeku nefrolog Myftar Barbullushi tregon se si mund t'i kurojmë përmes ushqimit



Kriza nga gurët është një dhimbje që kalon kufijtë e durimit. Dhimbja zakonisht fillon në ije e përhapet në bark, në drejtim të fundit të tij nga përpara



Një individ me prindër që kanë vuajtur nga gurët në veshka ka 3 herë më shumë mundësi që të vuajë nga gurët në veshka 2,3

PATOLOGJI

IMPOTENCA, RREZIKU QË RRIETET ME KALIMIN E VITEVE

Mendohet që afërsisht 1 në 10 meshkuj të rritur do të vuajnë nga impotenca afatgjatë. 16,17

SOLIDARIZIMI

ALS DHE KOVA ME AKULL QË SENSIBILIZOI BOTËN

Shkaku më i shpeshtë i vdekjes tek të sëmurët me ALS është insuficenca respiratore. Mesatarisht vdekja vjen 3-5 vjet pas shfaqjes së simptomave të para

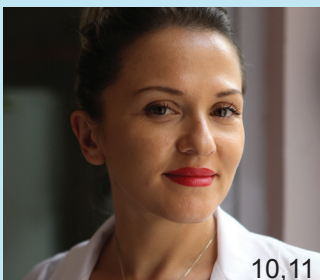


ORTOPEDI

KËMBËT DYSTABAN, ÇFARË (NUK) DUHET TË VESHIM? 6

VIP SHENDET

ERJONA SHEHU: PUNA SI GAZETARE, KOMPENSIM I PAGËS QESHARAKE TË MJEKUT



Manjola Liko Dhimbjet e gjoksit, alarm për infarkt në zemër

Kjo dhimbje mund të ngelet në këtë kuadër nëse mjekohet, por mund të japë edhe infarkt miokardi nëse dëmton pjesën më të rëndësishme

22,23

MOS HUMBISNI

-  Si të ushqeheni që të bini nga pesha 7
-  Daltonizmi, si trajtohet në jetën e përditshme 12
-  Bronkiti, shkaqet dhe si të kujdesemi 19

DIABETI



Mjekimi përmes ushtrimeve

Ushtrimet fizike, puna dhe veprimtaria muskulare ndihmojnë së tepërmi për rënien në peshë 20

RREZIKU

Më shumë pesticide në ushqimet tona këtë vit



Ndryshimet klimatike janë duke ndikuar drejtpërdrejt në një pjesë prej produkteve më të rëndësishme ushqimore siç janë: patatja, domatja, rrushi etj. Shfaqja e sëmundjeve të këtyre produkteve... fq 13

TRETJA

FRYRJA E BARKUT, SI TA KUROYMË PËRMES USHQIMIT

Sindromi i zorrës së irrituar ndodh më shpesh tek femrat se tek meshkujt dhe shfaqet zakonisht në moshën 35 vjeç në rreth 50% të njerëzve 8



PARALAJMËRIMI

ALERGJIA NDAJ ILAÇEVE, RREZIKU PËR JETËN

“Problemi më i madh me pacientët është që shpesh ngatërrojnë një reaktion alergjik me rastet ku kemi të bëjmë thjesht me një efekt anësor të medikamentit” 4

