

Polecane publikacje:

- Dieta i odchudzanie
- Makijaż przy zmianach trądzikowych
- Higiena jamy ustnej
- Marchew - źródło wielu witamin
- Niedożywienie dzieci w Polsce
- Fast food i junk food - zestawienie wartości kalorycznych
- Pierwsze objawy ciąży
- Nadwaga sprzyja rakowi piersi
- Poparzenie słoneczne
- Zwalczanie depresji
- Tłuszcze trans przyczyną problemów zdrowotnych
- Skutki palenia tytoniu w ciąży
- Wartości kaloryczne produktów żywnościowych
- Znaczenie sportu dla zdrowego organizmu
- Rola witamin w organizmie

Zobacz także:

- Encyklopedia Leków

Najnowsze wiadomości**Nadwaga sprzyja rakowi piersi**

27-10-2012 18:29



Potwierdzono jakoby nadwaga, nieodpowiednia dieta oraz mała aktywność fizyczna zwiększały ryzyko rozwoju raka piersi.

Jak wynika z informacji opublikowanych przez Międzynarodową Agencję Badań nad Rakiem nadwaga u kobiet po menopauzie, głównie w przedziale wiekowym 50 – 75 lat może znacząco zwiększać ryzyko zachorowania na raka piersi. Nadmierna produkcja estrogenów sprzyja powstawaniu nowotworu.

więcej →

ENCYKLOPEDIA CHOROBY:**Najczęściej odwiedzane:**

- AIDS
- Alergia
- Anemia
- Angina
- Arytmia serca
- Astma pyłkowa
- Bezsenność
- Choroba Alzheimera
- Choroba lokomocyjna
- Chrapanie
- Czystaki skórne
- Dna moczanowa
- Gronkowiec złocisty
- Jaskra
- Krwotok z nosa
- Krzywica
- Łupież
- Łysienie
- Nerwobóle międzybrowe
- Nowotwór kości
- Odwodnienie
- Sepsa
- Trądzik
- Zespół suchego oka

Tłuszcze trans przyczyną problemów zdrowotnych

21-10-2012 9:07



Lekarze biją na alarm, utwardzone tłuszcze roślinne wyjątkowo niebezpieczne dla zdrowia.

Według ekspertów utwardzone tłuszcze roślinne powstałe w wyniku reakcji oleju roślinnego z cząsteczkami wodoru negatywnie wpływają na zdrowie mogą przyczynić się do rozwoju wielu groźnych chorób. Tłuszcze trans podwyższają poziom złego cholesterolu (LDL), jednocześnie obniżając poziom dobrego cholesterolu (HDL).

więcej →

Raport o niedożywieniu dzieci w Polsce

13-10-2012 14:43



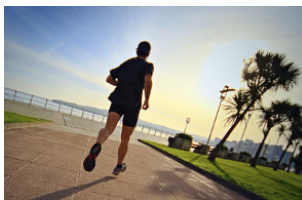
Problem niedożywienia dzieci w Polsce dotyczy prawie 3 milionów naszych pociech.

Niedożywienie skutkuje brakiem koncentracji, słabszymi osiągnięciami w nauce, a także może przyczynić się do powstawania licznych chorób w przyszłości. Jeśli oczekujesz od dziecka sukcesów, zadбай o to, aby odżywiało się prawidłowo i regularnie. Stałe dostawy cukru do organizmu wpływają pozytywnie na dłuższą koncentrację.

więcej →

Znaczenie sportu dla zdrowego organizmu

5-10-2012 16:11



Nie od dziś wiadomo, że sport jest panaceum na wiele powszechnych schorzeń.

W dzisiejszych czasach na coraz większą skalę odnotowuje się nowe przypadki otyłości, liczne wady postawy oraz zwiększoną zachorowalność na choroby związane z nieprawidłową dietą oraz nieodpowiednim trybem życia. Warto zastanowić się jak duże znaczenie ma regularne uprawianie sportu na zdrowie oraz wygląd każdego z nas.

więcej →