

TURINYS

Pratarmė.....	vii
Įvadas. Kaip naudotis šia knyga.....	ix
Partnerių svetainė.....	xxv
1 skyrius Kvėpavimo sistemos problemos.....	1
Peršalimas ir gripas.....	1
Kosulys.....	18
Gerklės skausmas.....	29
Alerginis rinitas (šienligė).....	38
Su kvėpavimo takais susiję simptomai, kai nukreipimas pas gydytoją būtinas.....	47
2 skyrius Virškinimo trakto sutrikimai.....	53
Burnos opos.....	53
Rėmuo.....	60
Nevirškinimas.....	69
Pykinimas ir vėmimas.....	78
Supimo „liga“ ir jos prevencija.....	81
Vidurių užkietėjimas.....	85
Viduriavimas.....	95
Dirgliosios žarnos sindromas.....	108
Hemorojus.....	116
3 skyrius Odos ligos.....	127
Egzema / dermatitas.....	127
Aknė.....	138
Dažnos grybelinės infekcijos.....	146
Peršalimo opos.....	158
Paprastosios ir padų karpos.....	162
Niežai.....	170
Pleiskanos.....	174
Žvynelinė (psoriazė).....	179
4 skyrius Skausmą keliantys negalavimai.....	187
Galvos skausmas.....	187
Skeleto raumenų sistemos problemos.....	205
5 skyrius Moterų sveikata.....	219

Cistitas.....	219
Dismenorėja.....	228
Priešmenstruacinis sindromas.....	235
Menoragija.....	237
Makšties pienligė.....	240
Skubi hormoninė kontracepcija.....	249
Nėštumo metu būdingi simptomai.....	257
6 skyrius Vyrų sveikata.....	261
Apatinių šlapimo takų simptomai.....	261
Erekcijos disfunkcija.....	266
Plaukų slinkimas.....	269
7 skyrius Akių ir ausų ligos.....	275
Akių ligos: raudonos akys.....	275
Akių ligos: sausa akis.....	281
Dažnos ausų ligos.....	286
8 skyrius Vaikystėje būdingos ligos.....	293
Kūdikių ir vaikų iki 16-os metų ligos.....	293
Kolikinis kūdikių verksmas.....	299
Dantų dygimas.....	302
Sauskelnių sukeltas bėrimas (dermatitas).....	303
Galvos utėlės.....	309
Siūlinė (spalinė) kirmėlė.....	315
Burnos pienligė (burnos ertmės kandidozė).....	320
9 skyrius Nemiga.....	327
Miego sutrikimai.....	327
10 skyrius Širdies ligų prevencija.....	339
Širdies ligų prevencija.....	339
11 skyrius Maliarijos prevencija.....	359
A priedas: Simptomų reikalaujančių tiesioginio nukreipimo pas gydytoją santrauka.....	369
B priedas: Šaltinių ir nuorodų lentelės.....	371
Rodyklė.....	387