



## За списанието "Тайната на здравето" брой 3, 2022г.

**Здравейте, читатели!**

Ваши връстници сме и знаем как мисли един тийнейджър. Ние приемаме здравето за даденост, но дали е така?

Живеем в трудна пандемична обстановка и интересът към човешкото тяло все повече нараства. Сърфирахме из интернет, обсъждахме какво би Ви заинтригувало и накрая решихме да Ви представим полезна информация за отделителната система.

**Темата на брой 3 е "Отделителна система".**

При нормално функциониране на системата човек е изпълнен със самоувереност и вътрешна сила, има енергия и воля, води пълноценен живот.

**Зимата е сезонът за профилактика на бъбреците. Защо ли?**

Натрупват се много токсини, които стават причина за болки в ставите, в гърба, алергии, повишава се кръвното налягане, може да се появи шум в ушите. Трябва да се стимулира бъбречната функция за по-добро елиминиране на токсините.

**Какво ще ви разкрием в брой 3 на списанието "Тайната на здравето":**

- специален акцент върху анатомия, физиология, здравни познания и хигиена на отделителната система;
- традиционна китайска медицина за бъбреците и за енергийните канали на пикочния мехур;
- как стресът и страхът оказват влияние върху дейността на бъбреците;
- храни и билки, които са полезни за нормалното функциониране на отделителната система;
- новини за българските студенти и учени;
- креативна кръстословица;
- работилничката на Теди и Петя с рецепти и идеи за парти;
- годишен хороскоп.

Забавлявайте се и никога не забравяйте, че да си готин, означава да си здрав, да си сърдечен и винаги усмихнат!