



## IN QUESTO NUMERO

L'attività fisica migliore, l'alimentazione giusta per mantenersi sani e in forma, i segreti per una vita di coppia soddisfacente a prova di routine: i consigli dei nostri esperti per "ripartire" al meglio dopo le vacanze estive e conservare i benefici nel tempo, mese dopo mese...

- Editoriale**
- 3** Un nuovo anno all'insegna del benessere
- Speciale stress**
- 4** Non sempre è nocivo
- 6** Pelle ed emozioni
- 8** Quando a "soffrire" sono stomaco e intestino
- Ematologia**
- 10** Leucemia: terapie mirate e trapianto di midollo
- Ginecologia**
- 12** La diagnosi prenatale
- Medicina Legale**
- 14** Non solo autopsie
- Urologia**
- 16** Cistite: un problema in rosa
- Personaggio**
- 19** Luca Messi
- Prevenzione**
- 20** AIDS: vietato abbassare la guardia
- Psicologia**
- 24** Buoni propositi: come mantenerli?
- Alimentazione**
- 26** La dieta con una marcia in più
- Stili di vita**
- 28** Le regole della buona notte
- Coppia**
- 30** Come "sopravvivere" alla routine... e vivere felici e contenti
- Struttura**
- 32** Humanitas Gavazzeni
- 34** Fondazione Cardinal Gusmini
- Altre Terapie**
- 37** Fitoterapia
- Guida agli esami**
- 38** La PET
- Bambini**
- 40** Vaccinazioni in età pediatrica e adolescenziale
- Fitness**
- 42** Palestra: istruzioni per l'uso
- Bellezza**
- 44** Una pelle bella a tutte le età
- Animali**
- 46** Il cane in famiglia
- Realtà salute**
- 48** Centro polispecialistico Aleman
- 51** Poliambulatorio Medico Odontoiatrico dottor Gianluca Maron
- 53** Centro polispecialistico Isola Medical
- 55** Centro Vitality
- 57** Speciale Bergamo scienza
- 59** News
- Onlus**
- 60** Un ospedale a misura di bambino
- Malattie rare**
- 61** Ipercolesterolemia familiare omozigote tipo IIA
- Testimonianza**
- 62** Grazie ai miei "angeli" ho sconfitto il tumore due volte

### Allegato:

Amici di Bergamo Salute