

➤ **EDITORIALE**

7 Il Natale è nell'aria...

➤ **ATTUALITÀ**

8 Influenza 2018-2019.

Cosa ci aspetta

11 Così alzi le difese immunitarie... naturalmente

➤ **SPECIALITÀ A-Z**

12 **Cardiologia**

Infarto nella donna.

Vietato sottovalutare

16 **Neurochirurgia**

Brain Awake surgery

18 **Ortopedia**

Le fratture da stress

negli sportivi

➤ **PERSONAGGIO**

20 **Elena Fanchini**

Così ho vinto la gara più importante contro il tumore

➤ **IN SALUTE**

22 **Stili di vita**

S.O.S. gelo.

Così salvi le piante

in terrazzo

24 **Alimentazione**

La dieta giusta per te?

Te lo dice il DNA

26 **Zenzero:**

peccato non mangiarlo

➤ **IN ARMONIA**

28 **Psicologia**

Lo psicologo ora arriva

direttamente a casa

30 **Coppia**

Come sopravvivere alle feste

➤ **IN CASA**

32 Si accendono i riscaldamenti.

Attenzione al pericolo acari!

➤ **IN FAMIGLIA**

34 **Dolce attesa**

Il "quarto trimestre"

di gravidanza

38 **Bambini**

Osteopatia pediatrica

40 **Ragazzi**

Servizio civile:

una "buona" scelta

➤ **IN FORMA**

42 **Fitness**

Ginnastica presciistica.

L'allenamento per divertirsi

in sicurezza

44 **Bellezza**

Uno sguardo più fresco

con la blefaroplastica

➤ **ATS INFORMA**

46 "Mamma proteggi

il tuo bambino

prima che nasca!"

➤ **RICETTA**

54 **Deliziosi cavolini di Bruxelles**
al forno con gherigli di noci

55 **Tisana digestiva "Spirito**
di Provenza" ai frutti di bosco

56 **Lasagne sfiziose**

al ragù vegetale

58 **Stelle di Natale al farro**

➤ **RUBRICHE**

62 **Altre terapie**

Dal laser alla radiofrequenza:

le tecnologie contro

i disturbi vaginali

64 **Guida esami**

Ecografia

delle anse intestinali

65 **Animali**

Diabete nel cane

e nel gatto

➤ **DAL TERRITORIO**

70 **News**

73 **Novità in libreria**

74 **Onlus**

Teatro contro il Parkinson

77 **Farmacie**

Progetto Mimosa

81 **Malattie rare**

Displasia spondilo-epifisaria

congenita

82 **Testimonianza**

Com'è profondo il mare

➤ **STRUTTURE**

86 **Policlinico San Pietro**

89 **ASST Papa Giovanni XXIII**

➤ **PROFESSIONI SANITARIE**

93 **Al via HC.LAB, il nuovo**

Contamination Lab

➤ **REALTÀ SALUTE**

97 **Centro di radiologia**

e fisioterapia

Allegato centrale:

Amici di Bergamo Salute

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE
ITALIANA PER L'EDUCAZIONE
ALIMENTARE

