

KDY 1/2 JE MU 1/2 SKA • NEMOCNA •

Nedle, 10 duben 2022

Pokud jedinai mo 3/4 nost, jak zdravotn- stav na jeho tity upravit, zlepjit, je zma na 3/4 ivotn- ho stylu a d- sledni dieta, t podle n- j - v p- pad- nemo 3/4 nosti tohoto nastupuje je it- volba dal- , a to je amputace. Jo, tohle p- -u s pln 1/2 m v- dom- m, proto 3/4 e n- ; t- ta je absolutn- nemo 3/4 n 1/2 k- u- k, kter- 1/2 3/4 ; dn- rady neposlechne. On byl cel 1/2 "king", kter- 1/2 v- jechno za- izoval, on v- jem pom- hal - a najednou se c- t- absolutn- na nic. Jen mu z- stala ta "kr- lovska; nemoc".

V 3/4 dy,

kdy 3/4 k n- mu p- ideme, tak jen poslouch- me, jak by mu dokto- i narvali v- jechny mo 3/4 n 1/2 jedy - a to on neeee. Mj. stejn- je te- u 3/4 bere, ale proto 3/4 e pro n- j k televizi pat- - sklenka piva, na dobrou noc lok-dva tulamorky, tak prohl- sil, 3/4 e on u 3/4 ve sv- m 3/4 ivotn- m stylu do 3/4 je, a- mu klidn- najdeme n- jak 1/2 ten hospic, 3/4 e se na to u 3/4 stejn- p- ipravuje.

V- te, ono

se to doktor- m - ekne - " zma- te 3/4 ivotn- styl, zma- te j- deln- - ek. Ale tohle dovede jen 3/4 enska; . To p- -u s v- dom- m t- m- 100% jistoty. Dobrovoln- to ud- l- ; m- lokter- 1/2 chlap. I ti nejv- bijci jsou v tomhle p- pad- nejv- t- - poseroutkov- , kte- by poslechli jen v p- pad- , 3/4 e byste je zav- eli do 3/4 elezn- panny. Taky jsem si v duchu - ekla, 3/4 e ch- pu, pro- mu 3/4 sk- pl- m- nerod- ka 3/4 dom- s- - n- tr- pen- . V 3/4 dy - to kdyby n- kter- 1/2 z nich p- rkr- t za 3/4 il, tak si nejsp- -j hod- ma- ili! Alespo- mluv- m o tom na- jem drah- m rodi- i.

Kdy 3/4

jsem se d- vala na google, kde jsem si vyhledala n- jak- ty informace o dn- , jej- m vzniku, l- - en- a p- padn- m - touto nep- - jemnou nemoc- , tak jsem tak- na- la dva sloupce potravin. Jeden se t- k- j- d- la, kter- je doporu- en- , druh- 1/2 toho, co by j- st rozhodn- nem- l; tak mi bylo v- jechno hned jasn- . Div- m se, 3/4 e se t- ta relativn- bezbolestn- do 3/4 il sv- ch osma- jedes- ti dne- n- ch let.

TOHLE ANO

brambory, mrkev, celerban- ny, t- e- n- , pomeran- e, kiwi, avok- do, jahodymi- n- v 1/2 robky celozrn- potraviny, lu- t- ninyk- va, - aj Vitaminov- dopl- ky obsahuj- c- omega-3 mastn- kyseliny z ryb- ho tuku nebo ln- n- ho olejez- sob p- - pravy j- del: du- en- , va- ten- , va- ten- v p- - m

TOHLE NE

AlkoholSma- en- j- d- la- Eerven- masa, n- kter- ryby (tu- k, sardinky)Ostr- a ko- en- n- j- d- la

Taky mu br- cha v- era p- inesl

a)

pyt- k mra- en- ho hr- ; ku, obalil kapesn- kem a p- ilo 3/4 il t- t- ovi na jeho levou zadn- . Tedy na jeho bolav- prsty. Vydal p- - kaz, 3/4 e to m- j te- p- r dn- opakovat tak - ty- ikr- t denn- .

b) a dal mu dvoje maz- n- , kter- mu poslala

br- chova tch- n- - - kr- m ibuprofen a dal- , co je v n- m diclofenac. Pr- 1/2 mazat, obkl- dat, a jak mu bude l- p, tak a chodit.

A te- , pro- v- j- m to p- - u.

Pamatuju se, 3/4 e jsem kdysi - etla tady na Kudlance o n- jak- m tom rostlinn- m maz- n- , p- padn- u 3/4 - v- n- .

Ale myslím si, že v pátečních páteřích, jako je například teta, je u každé dobré rada na nic. Protože jednak oni vědí - vědí chno nejlépe, druhak s nimi u opravdu nikdo nehne. Abych vám ekla pravdu, neumím si ho představit, že by chodil po loukách, sbíral něco zeleného jen zkouším, jestli nemáte někdo, jak s někým podobným sic hodným, ale zcela zřetelným jednat, předpadně, jestli není v dnešní - tak pokračujte a moudře dobře přeci jen jakéžto eště jen?

Děky moc,

ĀEtenka ZUZANA