Fitness

fitness
allenamento
stretching
pesi
forza
squat
cardio
atletico
intensità

Alimentazione sana

alimentazione sana
verdure
frutta
proteine
fibre
cereali
mandorle
noci
superfood

Salute mentale

salute mentale
meditazione
consapevolezza
rilassamento
stress
terapia
gratitudine
diario
resilienza

Cura medica

cura medica
medico
infermiere
ospedale
ricetta
controllo
vaccino
soccorso
farmacia

Malattie comuni

malattie comuni
raffreddore
influenza
febbre
tosse
allergia
emicrania
infezione
fatica

Benessere

benessere
sonno
pelle
yoga
riposo
massaggio
bagno
routine
manicure

Abitudini sane

abitudini sane
nutrizione
esercizio
idratazione
routine
postura
respira
camminare
sonno

Guarigione olistica

guarigione olistica
agopuntura
massaggio
chiropratica
meditazione
erbe
riflesso
consulenza
guarigione

Emergenza

emergenza
ambulanza
sanguinamento
ferita
frattura
ustione
soffocamento
shock
avvelenamento

Attrezzature mediche

attrezzature mediche
termometro
stetoscopio
siringa
raggi x
gesso
stampelle
benda
stecca

