

Fullständig logg

huskur.nu · version 0.9.9.91

Hela historiken, nyast först. Tiderna anges i svensk tid.

Varje post är den övergripande beskrivningen av vad som ändrats.

2026-10-22 11:05 0.9.9.91

Kapitlet heter Balansen. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-22 07:50 0.9.9.90

Örtbiblioteket börjar med nordiska örter. Ett kort skafferi med vanliga örter utifrån står bredvid, och resten ligger i registret. Årets märke i Lära är träd. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-22 06:50 0.9.9.89

Urkraften heter drivkraft. Kallt och varmt har ny text, och sidbilden och ikonerna är sol och måne. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 23:36 0.9.9.88

Vägledaren är borttagen. Den kan räknas som ett medicinskt verktyg. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 23:32 0.9.9.87.1

Vägledaren har fått en stilla figur, med händerna samlade. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 23:30 0.9.9.87

Vägledaren ger steg, mat, dygn och mål. Den rekommenderar inte örter eller läkemedel, och planen laddas ner. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 23:23 0.9.9.86

Lära har en sida mindre. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 23:20 0.9.9.85

Lära är skriven på folkhemssvenska. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 23:05 0.9.9.84

Traditionella läsartexter säger kroppens energi, luftvägarna, matsmältningen, stressregleringen och urkraften. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 19:25 0.9.9.83

Omformulering av Huskurs kunskapsgrund.

2026-10-21 16:50 0.9.9.82

Omformulering av Huskurs kunskapsgrund.

2026-10-21 16:32 0.9.9.81.1

Örtbibliotekets märken är ritade efter växten, inte som generella symboler. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 15:17 0.9.9.81

Dos och beredning hänvisar till örterapeut för dos och till läkare vid läkemedel. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 15:16 0.9.9.80

Dos och beredning i örtbiblioteket hänvisar till örterapeut och läkare. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 15:12 0.9.9.79

Varningen i örtbiblioteket är omskriven. Villkoren redovisar kontrollen för den här versionen.

2026-10-21 15:07 0.9.9.78

Ashwagandhas varning står utan meningen om dos och borttagning. Biomedicinrutan redovisar studier, inte varningen.

2026-10-21 15:01 0.9.9.77

Omformulering av Huskurs kunskapsgrund.

2026-10-21 14:55 0.9.9.76

Astragalus lovar inte längre att en förkylning hålls borta, och huvudvärk beskrivs utan en bestämd orsak. Formuläret efterfrågar inga personuppgifter, villkoren redovisar en ny kontroll av kakor, och Avråds skiljs från forskningsläget. Omformulering av Huskurs kunskapsgrund.

2026-10-21 00:28 0.9.9.75

Pinyin är borttagen från örtkorten. Dostexten är kortad. Återhämtningstexten står under Teer.

2026-10-21 00:05 0.9.9.74

Örtbiblioteket anger ingen dos. Ashwagandha har en varning i stället.

2026-10-20 21:45 0.9.9.73

Etiketten brist anger ork, blod, svalka eller värme. Stagnation är en klickbar etikett.

2026-10-20 21:41 0.9.9.72

Sömntexten anger 23.00–05.00. Stagnation är en etikett. Brist förtydligas. Tetexten är borttagen från Vardagen.

2026-10-20 21:04 0.9.9.71

Terecepten anges som främst förebyggande, för lindriga besvär.

2026-10-20 20:23 0.9.9.70

Örtkorten använder #d9e6d4.

2026-10-20 20:14 0.9.9.69

Örtkorten använder #f3eadc. Källsidan är delad i traditionell medicin och biomedicin.

2026-10-20 19:22 0.9.9.68

Texter för arbete 05-07 och 07-11 är omskrivna.

2026-10-20 19:11 0.9.9.67

I arbete är 07-11 ett arbetspass. 05-07 heter Vakna och släpp natten.

2026-10-20 18:37 0.9.9.66

Besvärsetiketter, biomedicin, örtinteraktioner, klocka för arbete och språkliga rättelser.

2026-10-19 17:14 0.9.9.65

Biomedicinsk ruta om känslor redovisar prövning av samband mellan årstid och känsla.

2026-10-19 13:48 0.9.9.64

Biomedicinsk text om känslor och årstider är justerad.

2026-10-19 09:31 0.9.9.63

Årstidernas känslor visas i kalendern, i 7 känslor och i säsongerna.

2026-10-19 09:26 0.9.9.62

Etiketter för relaterade känslor använder #f4e4e8 och #6f5158.

2026-10-19 08:59 0.9.9.61

Etiketter för relaterade känslor använder #f4e6e8.

2026-10-19 08:39 0.9.9.60

Relaterade känslor visas enbart sist i rutan Traditionellt.

2026-10-19 07:16 0.9.9.59

Texter i 7 känslor är justerade. Känslor visas på besvärssidorna.

2026-10-19 07:05 0.9.9.58

Inledningen till 7 känslor är omformulerad.

2026-10-19 06:56 0.9.9.57

Avsnittet om 7 känslor är omskrivet i mildare bildspråk, med illustrationer.

2026-10-19 06:49 0.9.9.56

Depression och ångest länkar vidare till avsnittet om 7 känslor.

2026-10-19 06:48 0.9.9.55

Avsnittet om 7 känslor förklarar kartan, och har fått evidensetiketter för det psykologiska underlaget.

2026-10-19 06:43 0.9.9.54

Nytt avsnitt under Lära om 7 känslor. Besvär som hör till en känsla har fått en etikett.

2026-10-19 05:39 0.9.9.53

Texten under Granskning har ersatts med den beställda lydelsen.

2026-10-19 05:32 0.9.9.52

Avsnittet om granskning är omskrivet. Den upprepade meningen om ideell drift är borttagen.

2026-10-19 05:19 0.9.9.51

Inledningen under Lära inkluderar nu kropp och sinnen.

2026-10-19 05:14 0.9.9.50

Meridianbilder och vägtexter är korrigerade.

2026-10-19 05:08 0.9.9.49

Bilden för benens insida är korrigerad.

2026-10-19 05:03 0.9.9.48

Illustrationer i meridiansystemet är ersatta.

2026-10-19 04:49 0.9.9.47

Text i hälsoklockan är justerad.

2026-10-19 04:46 0.9.9.46

Text i sömnrådet är justerad.

2026-10-19 04:40 0.9.9.45

Interna länkar och receptsteg är justerade.

2026-10-19 04:34 0.9.9.44

Biomedicinska rutor är språkligt stramade. Metadata, omdirigeringar och datum för senaste ändring är kontrollerade.

2026-10-19 04:30 0.9.9.43

Biomedicinska rutor är omskrivna till klinisk ton. Evidensetiketter är avstämde mot underlaget.

2026-10-19 04:19 0.9.9.42

Informationsrutan om teskeden är borttagen. Terecepten är justerade efter bryggning för en kopp.

2026-10-19 04:10 0.9.9.41

Designkomplement.

2026-10-19 04:02 0.9.9.40

Meningen under evidensskalan är omskriven, och motsvarande mening i grundlagen följer samma lydelse.

2026-10-19 04:01 0.9.9.39

Terecepten är förtydligade så att mängden gäller en kopp. Informationsrutan och kamomill är omskrivna, och rosenten har fått en kortare inledning.

2026-10-18 21:18 0.9.9.38

Texten om rutorna Traditionellt och Biomedicinskt är omskriven.

2026-10-18 21:13 0.9.9.37

Den återkommande inramningen i de biomedicinska rutorna är borttagen, och grundlagens typexempel är rättat i samma riktning.

2026-10-18 21:11 0.9.9.36

Hosttexten och texten om varm dryck vid halsont är omskrivna. Biomedicinska rutor kommenterar synen på besväret, rekommenderar inte läkemedel och hänvisar till vården om huskuren inte räcker, medan evidensetiketten gäller den traditionella huskuren, vilket också står i redaktionell metod och i grundlagen.

2026-10-18 19:30 0.9.9.35

Om redaktionen står nu att sidan drivs oberoende ideellt.

2026-10-18 19:29 0.9.9.34

Omformuleringar på kontaktsidan och om redaktionen.

2026-10-18 19:21 0.9.9.33

Startsidans överrad är ändrad till För folkhälsan. Hämtning av publiceringspaketet levererar filen.

2026-10-18 18:50 0.9.9.32

Hydrering mellan färdig HTML och webbläsare är rättad. Bilder är komprimerade. Datum i webbkarta och strukturerad data följer sidans innehåll. Kontakttext, brödsmulor, felsida, kombucha och www-omdirigering är justerade.

2026-10-18 16:45 0.9.9.31

Stycket om mat på Ideellt arbete och Mat som medicin är ersatt med forskningstexten om Food as Medicine, utan jämförelsen med traditionell medicin.

2026-10-18 16:40 0.9.9.30

Omdirigeringen från de gamla kuradresserna omfattade även bilder. Den gäller nu bara sidorna, så bilderna under Vardagen laddas igen.

2026-10-18 16:28 0.9.9.29

Grundlagens första punkt är omskriven till projektets huvudsyfte. Sidans innehåll är genomgången mot den punkten och lämnat oförändrat.

2026-10-18 16:13 0.9.9.28

Varje sida har en egen kanonisk adress, och servern skickar rätt omdirigeringar, komprimering och cache. Bilder är lättare, beskrivningar är egna, några innehållsfel är rättade, kontaktformuläret tar bara en text utan svar, och strukturerad data och tillgänglighet är justerade.

2026-10-18 13:47 0.9.9.27

Publiceringspaketet skrivs med kataloger först, så att uppackning på webbhotellet inte avbryts.

2026-10-18 13:23 0.9.9.26

Ett typexempel för biomedicinsk text är tillagt i grundlagen.

2026-10-18 13:22 0.9.9.25

Den biomedicinska texten om epsomsaltbad är omskriven.

2026-10-18 13:14 0.9.9.24

Tipsrutan för rödkål och rödbetor är förminskad. Den upprepade meningen i biomedicinska rutor är borttagen, och kvarvarande meningar är omskrivna var för sig.

2026-10-18 13:11 0.9.9.23

Biomedicinska meningar som säger att något inte är en behandling är omskrivna som vetenskapens syn, inte som ett facit.

2026-10-18 13:07 0.9.9.22

Rödkål, rödbeta, enbär, kummin och ananasjos har fått beskrivningar. Örtbiblioteket länkar till ett fullständigt register A-Ö, och regeln om saknad ruta är inskriven.

2026-10-18 12:56 0.9.9.21

Pizzasalladen har ett tips som byter till rödkål och strimlade rödbetor.

2026-10-18 12:50 0.9.9.20

Meningen om rödkål med rödbetor är borttagen från surkålen.

2026-10-18 12:48 0.9.9.19

Försiktigheten om röt månaden gäller att kålen inte ska stå framme.

2026-10-18 12:46 0.9.9.18

Pizzasalladens sista steg heter Smak efter tycke. Kryddblandningen är ett alternativ.

2026-10-18 12:44 0.9.9.17

Inledningen till surkål och pizzasallad är utökad. Rödkål med rödbetor är tillagt.

2026-10-18 12:39 0.9.9.16

Surkål och pizzasallad väljs med var sin knapp. Surkålen har fänkålsfrön, kummin och enbär.

2026-10-18 12:35 0.9.9.15

Surkålens steg är utökade så att den strimlade kålen blir en färdig surkål.

2026-10-18 12:30 0.9.9.14

Pizzasalladen har fått smaktips.

2026-10-18 12:27 0.9.9.13.1

Bilden till surkål och pizzasallad är utbytt.

2026-10-18 12:24 0.9.9.13

Vanor har fått surkål och pizzasallad i samma avsnitt.

2026-10-18 12:19 0.9.9.12

Mängden torkat te är ändrad från tesked till en nypa, med en förklaring. Ingefära i kopp anges som 1-3 skivor.

2026-10-18 12:14 0.9.9.11

Teet Masala chai heter nu Husets Chai.

2026-10-18 11:57 0.9.9.10

Meridianbilderna visar bara riktning. Texten under Hälsoklockan är justerad.

2026-10-18 11:49 0.9.9.9

Rubriken för klockans tidiga timme är förtydligad. Ikoner för vila och matsmältning är justerade. Meridianbilderna är ritade om med samma person.

2026-10-18 11:33 0.9.9.8.1

Ikonerna i Hälsoklockan är ritade om så varje tid går att känna igen.

2026-10-18 11:31 0.9.9.8

Höstens undvik-rad förtydligar att frukosten inte ska vara bara kaffe.

2026-10-18 11:30 0.9.9.7.2

Ikoner för säsonger, akupressur, organ och energi är justerade. Örtkortens bakgrund skiljer sig tydligare från etiketter och försiktighet.

2026-10-18 11:21 0.9.9.7.1

Ikoner under Lära och Hälsoklockan är ritade om så ämne och tid syns. Meridiansystemets bilder är nya och följer sidans linjestil.

2026-10-18 10:50 0.9.9.7

Rutorna på Sök vård står i ordningen 1177, 112 och 90101. Bakgrunden för 90101 är #e6f0f6 och accenten är #2a5670. Publicerad HTML bryts mellan taggar så dokumenten inte ligger på en rad.

2026-10-18 10:25 0.9.9.6

Den interna arbetsgrunden är omskriven till utgåva 2.0. Inga användarsidor är ändrade.

2026-10-18 10:12 0.9.9.5

Evidensetiketterna är länkar till evidensskalan på sidan Redaktionell metod.

2026-10-18 10:11 0.9.9.4

Meningen under evidensskalan är omformulerad. Den säger att begränsat eller otillräckligt vetenskapligt underlag inte innebär att en traditionell metod per automatik är osäker eller utan verkan.

2026-10-18 10:09 0.9.9.3

Texten under evidensskalan säger att vetenskaplig evidens inte betyder att en traditionell metod är osäker eller inte fungerar. Färgen är samma röda som försiktighet och varning.

2026-10-18 10:05 0.9.9.2

Rutan för psykisk kris, 90101 (Självordslinjen) eller 112, har samma format som rutorna för 1177 och 112. Bakgrunden är #c5e8f7. Den ligger inte längre som liten text.

2026-10-18 09:59 0.9.9.1

Örtkorten har en gemensam tunn brun bakgrund och samma etikettfärg för besvären. Meridianbilderna är omtecknade. Fukt och torrhet ligger i Säsöngerna i kroppen, och länkar om vård går till Sök vård.

2026-10-17 23:35 0.9.9.0

Året är samlat på en sida. Energi (Qi) är förtydligad. Evidensetiketternas förklaringsöext är borttagen från biomedicin-rutorna.

2026-10-17 22:58 0.9.8.50

Arbeta med energi och Vinden som yttre orsak har tydligare texter och nya bilder.

2026-10-17 22:54 0.9.8.49

Delningsbilden är ingefärsöortet med texten Huskur, en kokbok för grundläggande hälsa. Den lilla ikonen är yin-yang.

2026-10-17 22:49 0.9.8.48

Rutan om ofullständig integritetsinformation är borttagen från villkor och kontakt. Texten om Food as Medicine är uppdaterad på Ideellt arbete och Mat som medicin, och inledningen till Redaktionell metod är omskriven.

2026-10-17 22:13 0.9.8.47

Hela versionshistoriken är omskriven till övergripande beskrivningar enligt grundlagens loggregel. Inga poster är borttagna.

2026-10-17 22:10 0.9.8.46

Loggen skriver endast ut den övergripande beskrivningen. Detaljlistorna skrivs inte ut. Beskrivningarna och de äldre posterna är kvar.

2026-10-17 22:08 0.9.8.45

Hälsoklockans val står i ordningen Arbete, Kväll eller skift, Hemma/Student. Förvalt val är Arbete.

2026-10-17 22:07 0.9.8.44

Vyn Ideellt arbete återställd till förmiddagens text, inklusive TCM-stycket och Food as Medicine.

2026-10-17 22:02 0.9.8.43

Filtrets träffar använder hela ord. Färgtoken ligger i egen modul. Loggregel införd.

2026-10-17 21:20 0.9.8.42

Örtbiblioteket har filter. Öppet kort använder etikettens färg. Texter på berörda vyer reviderade, inklusive Ideellt arbete och villkor.

2026-10-17 20:39 0.9.8.41

Grundlagen omskriven till utgåva 1.6, närmare projektets avsikt. Inga användarsidor ändrade.

2026-10-17 19:27 0.9.8.40

Örtbiblioteket visar örterna som kort i tidigare stil. Pinyin är borta ur exempeltexten och fungerar kvar i sökningen.

2026-10-17 19:12 0.9.8.39

Örtregistret heter Örtbiblioteket. Ginseng, ling zhi och sprängticka tillagda. Sprängticka är märkt Växer här.

2026-10-17 19:01 0.9.8.38

36 örter omgjorda till ett sökbart register. Ett obeställt köksstycke på Ideellt arbete är borttaget.

2026-10-17 18:44 0.9.8.37

Metodens inledning återställd från 0.9.8.17. Sidtexter jämförda med originalpaketet. Interna arbetsinstruktioner är skilda från webbtexen.

2026-10-17 18:40 0.9.8.36

Texten om Food as Medicine återställd från 0.9.8.17 på Ideellt arbete och Mat som medicin. Meningen om TCM som förebild införd.

2026-10-17 18:34 0.9.8.35

Texten om matens roll inom traditionell medicin och nutritionsforskning i väst återställd på Ideellt arbete och Mat som medicin.

2026-10-17 18:18 0.9.8.34

Relevanta källor samlar hänvisningar på en egen sida. Artiklarna är renare. Biomedicinska förklaringar står i egna rutor.

2026-10-17 18:08 0.9.8.33

Traditionens huvudroll förtydligad i grundlagen och metoden. Generella omskrivningar återställda. Riktade rättelser av ton och forskningsunderlag.

2026-10-17 17:28 0.9.8.32

Bryggrådet för grönt te förtydligat: inte för hett vatten, en nypa torkade gröna blad och gärna 3 skivor ingefära.

2026-10-17 17:20 0.9.8.31

Säkerhetsförtydliganden för saltvattengurgling och fotbad. Röda förklaringar återges konsekvent i PDF.

2026-10-17 17:11 0.9.8.30

Kontaktmejl sparas i högst 30 dagar och raderas därefter. Kontakt och integritetstext uppdaterade. STRATOs återställningsperiod beskrivs separat.

2026-10-17 17:04 0.9.8.29

Integritetstexten kompletterad med STRATO-frister, kontaktmejl och skillnaden mellan kakor, teknisk sessionslagring och webbläsarcache. Tradition och biomedicinsk bedömning hålls isär. Ingefärstexterna bevarade.

2026-10-17 16:42 0.9.8.28

Riktade rättelser efter livegranskning: lakritsrot, TCM-beskrivning, läkemedelsråd, akupressur, källnoter, kontakt och yin-/yanglänk. Ingefärstexterna bevarade.

2026-10-17 16:17 0.9.8.27

Den röda förklaringen uppdaterad enligt beställning. Granskningen förtydligar självgranskning under BETA och planerad oberoende granskning före version 1.0.

2026-10-17 16:09 0.9.8.26

Gör så här ligger bredvid rubriken. Miniaturerna under Vardagen är tydligare. Akupunktmotiven är separata, utan textrutor.

2026-10-17 15:55 0.9.8.25

Akupressursidan anpassad för webb, med mindre hjälpbilder, kompaktare översikt och en gemensam bildmall för alla åtta punkter.

2026-10-17 15:25 0.9.8.24

Åtta akupressurpunkter under Vardagen. Bilderna för GV-20 och pennans baksida uppdaterade. Fingerbredd visas utan cun.

2026-10-17 15:07 0.9.8.23

Sparfunktionen borttagen från gränssnittet. Gör så här är återställd på besvär och under Vardagen, på alla skärmbredder, och länkar till befintliga steg.

2026-10-17 14:54 0.9.8.22

PDF-loggens teckenkodning rättad för svenska bokstäver. Den röda förklaringen är uppdaterad enligt angiven formulering.

2026-10-17 14:29 0.9.8.21

Originallets React- och TypeScript-källprojekt återfunnet och anpassat för vidareutveckling. Tidigare tekniska rättelser införda. Namn, innehåll och etikettstil bevarade.

Medicinsk kunskap och övrigt textinnehåll är alltid fullständigt självgranskad av utgivaren baserat på egna mänskliga studier, övrig kunskap och förarbeten med förbehåll för stavfel, eventuella faktafel under BETA-versioner. Endast webbkod är delvis färdigbyggd.

2026-10-17 14:15 0.9.8.20

Knappar och etiketter återställda till 0.9.8.17. BETA, Logg och Fullständig logg.pdf behåller sina namn. Uppgift om färdigbyggd webbkod följs av den röda förklaringen om innehållets kunskapsgrund.

Medicinsk kunskap och övrigt textinnehåll är alltid fullständigt självgranskad av utgivaren baserat på egna mänskliga studier, övrig kunskap och förarbeten med förbehåll för stavfel, eventuella faktafel under BETA-versioner. Endast webbkod är delvis färdigbyggd.

2026-10-17 14:04 0.9.8.19

Ändringar och kontroller samlade i den fullständiga loggen. Förhandsvisningen visar korta beskrivningar. Den offentliga projektdokumentationen är renodlad.

2026-10-17 13:39 0.9.8.18

Version och logg samordnade mellan HTML och JavaScript. Sidtitlar följer varje kapitel. Knappar, menyer och etiketter har hushållets språk. En dubblerad punkt i Hälsoklockan är rättad.

2026-10-17 13:18 0.9.8.17

Grundlagen kompletterad med välbefinnande, folkbildning och samarbete mellan folkmedicin och modern vetenskap. Webbplatsens funktioner är oförändrade.

2026-10-17 12:12 0.9.8.16

Version, förhandsvisning och PDF byggs från samma XML-källa.

2026-10-17 12:01 0.9.8.15

Publiceringspaketet innehåller samtliga webbplatsfiler. Version och logg är samordnade. Innehåll och funktioner är bevarade.

2026-10-17 11:46 0.9.8.14

Kodens dokumenthuvuden har tydligare radbrytningar, utan ändrade funktioner. Loggens formulering är neutralare.

2026-10-17 09:30 0.9.8.13

Driftsäkerhet och kompatibilitet förbättrade. Versionshistorik och förhandsvisning är samordnade.

2026-10-17 09:00 0.9.8.12

Sökdata uppdaterade med unika sidtitlar, beskrivningar, canonical-adresser, sitemap och robots. Huskurernas råd är oförändrade.

2026-10-16 23:36 0.9.8.11

Trög mage beskriver hård, torr avföring. Fackord i besvärens förklaringar är omskrivna till vanlig svenska.

2026-10-16 23:30 0.9.8.10

Nu i kalendern visar vanliga besvär för årstiden, som etikettlänkar.

2026-10-16 22:01 0.9.8.9

Länken heter Fullständig logg.pdf. PDF:en innehåller hela loggen, nyast först.

2026-10-16 21:29 0.9.8.8

Huvudvärk: hetta som stiger och ger bultande tinningar. Fukt, kall vind och för lite blod och ork följer i samma stycke.

2026-10-16 21:25 0.9.8.7

Huvudvärk står på flera rader: hetta, fukt, kall vind, eller för lite blod och ork.

2026-10-16 21:23 0.9.8.6

Huvudvärk är inte bara av ett slag. Raderna står som beställt.

2026-10-16 21:22 0.9.8.5

Huvudvärk kan vara hetta, fukt, kall vind eller för lite blod och ork.

2026-10-16 21:21 0.9.8.4

Huvudvärk är inte av ett slag.

2026-10-16 21:15 0.9.8.3

Inledningen säger traditionell folkmedicin, med biomedicinsk kunskap som komplement när det behövs.

2026-10-16 21:06 0.9.8.2

Loggtiden är svensk tid. Delningsbilden har de taggar som behövs när adressen delas.

2026-10-16 20:33 0.9.8.1

Hundra möten GV-20 fyller samma stående ruta som de andra punkterna.

2026-10-16 20:28 0.9.8.0

Hundra möten GV-20 har tre vyer: framifrån, uppifrån och bakifrån. Sidan är genomgången.

2026-10-16 20:22 0.9.7.16

CV-4 heter Livskraftens port. Hundra möten GV-20 har en ny sidovy, med pricken på hjässans topp.

2026-10-16 20:15 0.9.7.15

Hundra möten GV-20 är tecknad i samma stil som Tredje ögat, med pricken på hjässans topp.

2026-10-16 20:08 0.9.7.14

Hushållets åtta punkter står direkt efter inledningen. När du låter bli är en försiktighetsruta.

2026-10-16 20:00 0.9.7.13

Loggrutan är ett rakt fönster. Adress och version stannar högst upp.

2026-10-16 19:58 0.9.7.12

Hundra möten GV-20 har tre tecknade vyer, som de andra punkterna.

2026-10-16 19:57 0.9.7.11

Hundra möten GV-20 är tecknad, med pricken på hjässans topp. Delningsbilden är oförändrad.

2026-10-16 19:56 0.9.7.10

Hundra möten GV-20 visas från sidan, med pricken på hjässans högsta punkt.

2026-10-16 19:55 0.9.7.9

Kycklingbuljong har etiketten Förkylning.

2026-10-16 19:50 0.9.7.8

Loggrutan visar hela loggen och går att skrolla.

2026-10-16 19:40 0.9.7.7

Länken Logg i betarutan går direkt till loggrutan.

2026-10-16 19:32 0.9.7.6

Förhandsgranskningen visar ingefära, med texten Huskur, En kokbok för grundläggande hälsa.

2026-10-16 19:25 0.9.7.5

Hundra möten GV-20 har samma form som de andra punkterna. Delningsbilden är oförändrad.

2026-10-16 19:15 0.9.7.4

Hundra möten är den åttonde punkten. Loggen ligger bredvid versionen. Kombucha har etiketter. Yin-yang är den lilla ikonen.

2026-10-16 18:20 0.9.7.3

Hushållets punkter är åtta. Hundra möten är tillagd på hjässan. Yin-yang är den lilla ikonen.

2026-10-16 18:09 0.9.7.2

Besvär etiketterna länkar till respektive besvär. Delningsbilden följer med adressen.

2026-10-16 18:06 0.9.7.1

Hushållets punkter är sju, med besvärsetiketter.

2026-10-16 17:58 0.9.7.0

Traditionella förklaringar är omskrivna till det man känner, inte till fackorden.

2026-10-16 17:53 0.9.6.9

Kall och varm förkylning är förtydligade. Besvärsetiketter finns under Vardagen.

2026-10-16 17:14 0.9.6.8

Förhandsvisningen av loggen är uppdelad i tid, version och beskrivning.

2026-10-16 17:10 0.9.6.7

Loggen är en PDF. Förhandsvisningen visar fem poster utan skroll.

2026-10-16 17:04 0.9.6.6

Loggens förhandsvisning visar fem poster. Hela historiken ligger i en textfil.

2026-10-16 16:55 0.9.6.5

Evidensskalan visas på varje sida under Vardagen, inte på översikten.

2026-10-16 16:46 0.9.6.4

Innehåll och säkerhetstexter uppdaterade: evidensskala under vanor, vitkålsblad vid tidigt skav, säkerhetsrader för blåsa, feber hos barn, vätskeersättning, nässköljning, heshet, nattlig halsbränna och pepparmynta, samt insektsbett och lindrig tandvärk. Kryssrutespärren är borttagen, och en kort upplysning om vård står på startsidan och i besvären.