**Dog**

The Dog is the Sign of the Chinese zodiac most commonly associated with the spine, the back, and the heart. People born under this Sign usually have a history of back problems. Dogs tend to suffer from overexertion and nerves. Their upper back tires more easily than other parts of their bodies. They are also subject to pains and pressure around the upper chest region. The healthy Dog requires a diet composed primarily of whole grain breads and cereals, almonds, walnuts, sunflower seeds, dried figs, apples, peaches, dried coconut, rice, seafood, prunes, dates and spinach.

Foods that can aid the Dog against complaints of the circulatory system include beef, lamb, liver, cheese, whole milk, and yogurt. All Dog persons would do well to avoid high fat, high cholesterol foods and junk food of all kinds, as their chronic high energy could suffer and an eventual stroke could be the result jf too much indulgence in such delicacies.

 **Собака**

Знак китайского гороскопа−Собака чаще всего ассоциируется с позвоночником‚ спиной и сердцем. Люди‚ рожденные под этим знаком‚ как правило имеют проблемы с позвоночником. Собаки‚ как правило‚ страдают от перенапряжения и неврозов. Их верхняя часть спины устает больше‚ чем другие части тела. Они также подвержены боли и давлению в районе верхней части грудной клетки. Здоровье Собаки требует диеты‚ состоящей в основном из цельнозернового хлеба и крупы‚ миндаля‚ грецких орехов‚ семян подсолнечника‚ сушеного инжира‚ яблок‚ персиков‚ сушеных кокосов‚ риса‚ морепродуктов‚ чернослива‚ фиников и шпината.

Продукты‚ которые могут помочь Собаке при жалобе на сосудистую систему‚ включают мясо говядины‚ баранины‚ печень‚ сыр‚ цельное молоко и йогурт. Всем людям под знаком Собаки лучше избегать употребления продуктов содержащих жир‚ большое количество холестерина и нездоровую пищу всех видов‚ так как уровень их энергии может снизиться‚ и случайный удар может быть результатом чрезмерного злоупотребления этими деликатесами.