

Obsah

Předmluva k českému vydání 7

Předmluva autora 11

ČÁST PRVNÍ

PROBLÉM 17

KAPITOLA PRVNÍ

VZESTUP OBEZITY 19

KAPITOLA DRUHÁ

PARADOX: PŘEJEDENÍ, A PŘESTO PODVYŽIVENÍ 29

KAPITOLA TŘETÍ

ÚBYTEK SVALOVÉ HMOTY 35

ČÁST DRUHÁ

LÉKY NA HUBNUTÍ 45

KAPITOLA ČTVRTÁ

CESTA K OBJEVŮM 47

KAPITOLA PÁTÁ

JAK LÉKY NA HUBNUTÍ FUNGUJÍ 59

KAPITOLA ŠESTÁ

VEDLEJŠÍ ÚČINKY A RIZIKA 67



KAPITOLA SEDMÁ

ZDRAVOTNÍ PŘÍNOSY INJEKcí MIMO OBLAST HUBNUTÍ 75

ČÁST TŘETÍ

NOVÝ ZPŮSOB, JAK ZHUBNOUT 85

KAPITOLA OSMÁ

JAK LÉKY NA HUBNUTÍ UŽÍVAT BEZPEČNĚ 87

KAPITOLA DEVÁTÁ

ZBAVME SE PODVÝŽIVY: JAK NA SPRÁVNÉ STRAVOVÁNÍ PŘI UŽÍVÁNÍ LÉKŮ NA HUBNUTÍ A PO JEJICH VYSAZENÍ 99

KAPITOLA DESÁTÁ

JAK OCHRÁNIT SVALOVOU HMOTU 113

KAPITOLA JEDENÁCTÁ

PLÁN 125

ZÁVĚR 141

OTÁZKY & ODPOVĚDI 145

ČÁST ČTVRTÁ

RECEPTY 149

ČÁST PÁTÁ

ROZPIS JÍDEL NA 7 DNÍ 213

Rejstřík 249

Preface copyright © Cesta z obezity, z. s., 2026

Translation © Radka Knotková, 2025

Czech edition © Grada Publishing, a. s., 2026