

1. část Hlavní témata roku

- 12 Alzheimerova choroba**
Sto let bádání, a nyní znovu na začátku?
- 20 Dárcovství orgánů**
Velmi osobní rozhodnutí
- 28 Telemedicína**
Krásný nový svět lékařské vědy
- 36 Biologické zbraně**
Běda, kdyby na ně došlo
- 42 Výzkum výživy**
Dobré jídlo zlepšuje náladu
- 50 Reprodukční lékařství**
Nová řešení na cestě k dítěti
- 58 Jaký sport pro koho?**
Připravit na zdraví... pozor... start!
- 64 Estetická chirurgie**
Krutá daň za krásu
- 72 Ve zprávách**
Nobelova cena 2012: Alternativní kmenové buňky
Analýza genomu: Skrytý návod k použití
Nadváha: O čem vypovídá BMI?

2. část Zachovat si zdraví

Stárnutí 78 – 87

- 79 Biologické stáří**
- Starosti podporují stárnutí buněk
 - Prozradí víc krevní testy?
- 82 Léky**
- Vedlejší účinky: zvýšené nebezpečí pádu
 - Nezapomínejte na příbalový leták
- 84 Výživa**
- Ve stáří mnohdy nedostatečná
- 86 Mozková mrtvice**
- Jedno jablko denně
- 87 Zdravé kosti**
- Čím hlubší vrásky...

Děti 88 – 101

- 89 ADHD**
- Zvýšená aktivita a projevy mozku
 - Ritalin – méně je někdy více
- 92 Poruchy chování**
- Bisfenol A a stavy úzkosti
- 93 Vrozené vývojové vady**
- Herbicidy – jablko sváru
- 94 Diagnostika**
- Diagnóza Downova syndromu z krve matky
 - Píchnutí do paty prospívá dlouhodobě

96 Neuroblastom

- Charakteristické rysy jako terč

97 Hemangiom

- Léky na srdce působí i na jahodová znaménka

98 Vývoj mozku

- Stopy stresu v mozku
- Ovládání světa očima

100 Raná péče

- Společná řeč hudby a slov

Kondice 102 – 113

103 Nadváha

- Daň z nasycených tuků

104 Životní styl

- Aplikace pro všechny případy
- Dávka léků z podkoží
- Cytochrom u proutkařů

107 Duševní zdraví

- Botox zmírňuje deprese a migrény
- Body and Mind – celostní medicína léčí tělo i ducha

109 Drogy

- Zombie-droga vyvolává agresivitu

110 Výživa

- Nebezpečný bubble tea
- Mýty kolem pitného režimu
- Nepostradatelný vitamin D

113 Sport

- Bikram jóga prospěje tělu i duši

Infekční nemoci 114 – 129

115 Viry

- Choroboplodné zárodky z jídelny
- Černí pasažéři tažných ptáků
- La Niña přináší chřipku
- Varování WHO: Evropa jako jímka spalniček
- Vyléčení AIDS za 5 let
- Herpesvirus ohlodává ploténky
- I rakovina může být infekční
- Průjem u krevní skupiny A

123 Bakterie

- Strážce v dutině ústní
- Antibiotické prokletí ze stáje
- Borelie bez šancí

126 Paraziti

- Antimalarika pro všechny
- Mikrobi útočí – tentokrát na nemoci
- Jogurt a med místo chemie

129 Hygiena

- Špína na německých klinikách

3. část Od hlavy k patě

Mozek a nervová soustava 132–145

- 133 Syndrom vyhoření**
- Syndrom vyhoření – móda 21. století?
- 135 Deprese**
- Bakterie, stres a smutek
- 136 Mozková mrtvice**
- Nano, kam se podíváš
 - Prevence bude jednodušší
 - Je přece jen možné mozek chránit?
- 139 Parkinsonova nemoc**
- Osobnost hluboko v mozku
- 140 Bolest**
- Stopy bolesti v mozku
 - Ztráta práce skutečně bolí
- 142 Demence**
- Nižší krevní tlak – lepší fungování mozku?
- 143 Roztroušená skleróza**
- Nové způsoby léčby – světlo na konci tunelu
 - Ještě diferencovanější léčba

Rakovina 146–159

- 147 Rakovina prsu**
- Konečně vysvětlení rezistence na tamoxifen?
 - Nejprve k zubaři
 - „Screeningová válka“
- 151 Rakovina tlustého střeva**
- Nové účinné látky na dohled
- 152 Rakovina kůže**
- Riziko zvýšeného krevního tlaku a tuku
- 153 Leukemie**
- Uzdravení antidepresivy?
- 154 Rakovina děložního čípku**
- Účinné očkování proti HPV?
- 155 Rakovina všeobecně**
- Očkování jednou jinak
 - Ukázat tuku záda
 - Revma a nižší riziko rakoviny
- 158 Pravděpodobnost rozvoje rakoviny**
- I lékaři se mohou mýlit

Trávení a látková výměna 160–173

- 161 Cukrovka**
- Alternativní měření cukru v krvi
 - Proč pomáhá sport?
 - Naděje na jednorázovou injekci
- 164 Rakovina jícnu**
- Včasná diagnostika pomocí světelného záblesku
- 165 Zdravý žaludek**
- Vedlejší účinky: nebezpečný průjem
- 166 Zdravé střevo**
- Znáte svůj střevní typ?
 - Narušení bariéry namísto autoimunitní reakce
- 168 Obezita**
- Zmenšení žaludku je třeba dobře uvážit
 - Proč chipsy způsobují závislost
- 170 Výměna minerálních látek**
- Nanočástice narušují příjem železa
 - Zásobení organismu železem i bez masa
- 172 Zdravá játra**
- Nová generace léků v boji proti hepatitidě C

Oči a uši 174 – 181

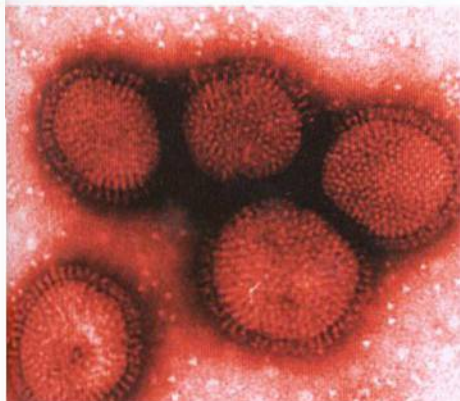
- 175 Zelený zákal**
- Elektrický proud na glaukom
- 176 „Oční chřipka“**
- Nakažlivý zánět
- 177 Dystrofie sítnice**
- Naděje spočívá v genové terapii
- 178 Diagnostika z očí**
- Oko varuje před mrtvicí
- 179 Mrtvice**
- Trénink zrakového nervu
- 180 Ztráta sluchu**
- Prostředky na potenci chrání smyslové buňky
- 181 Tinnitus**
- Svěpomoc na internetu

Srdce a oběhový systém 182 – 197

- 183 Technologie**
- Elektronické tetování hlídá srdce
- 184 Poruchy srdečního rytmu**
- Jemné postrčení a pulz je zpátky
 - Kladná stránka „zlého“ cholesterolu
- 186 Náhlá srdeční zástava**
- Připravit... pozor... smrt!
- 187 Srdeční infarkt**
- Operace mandlí není bez následků
 - Virtuální následná péče
- 188 Chronická srdeční nedostatečnost**
- Tři zásahy proti srdeční nedostatečnosti
 - Elektronický nos nemoc zavětrí
- 191 Cévy**
- Pozor na tukové uloženiny (xantelazmata)!
 - Je ateroskleróza léčitelná?
- 193 Vysoký krevní tlak**
- Smích, parmezán a vitamin D
- 194 Krev**
- Albumin z rýže
 - Krevní sprej k léčbě poranění
- 196 Zdravé srdce**
- Rukověť potěšení
 - Zelenina má nad geny navrch

Svaly, kosti a klouby 198 – 209

- 199 Fibromyalgie**
- Lehký trénink místo léků proti bolesti
- 201 Skolióza**
- Dálkově řízené implantáty rostou spolu s tělem
- 202 Osteoporóza**
- Měření hustoty kostí ve stáří?
 - Onemocnění žaludku a střeva ohrožuje kosti
- 204 Kyčelní kloub**
- Nutnost krevní transfuze při operaci kyčelního kloubu
 - Nově neznamená nutně lépe
- 206 Revmatoidní artritida**
- Biologická léčba je účinná
 - Včasná diagnostika odhalí přestavbu kostí
- 208 Zranění a ochrnutí**
- Radost z koupání díky voděodolným ortézám
- 209 Akutní blokáda krční páteře**
- Chiropraxe a fyzioterapie versus léky proti bolesti



3. část Od hlavy k patě (pokračování)

Rozmnožování a sexualita 210 – 221

211 Antikoncepce

- Rizika nových druhů antikoncepce

212 Plodnost

- Kofein ztěžuje otěhotnění
- Získání vaječných buněk z buněk kmenových

214 Těhotenství

- Pozor na těhotenskou cukrovku!
- Gel s progesteronem může zabránit předčasnému porodu
- Střevní bakterie „v jiném stavu“

218 Rakovina vaječníků

- Tuková tkáň krmí nádorové buňky
- Odhalení rakovinových buněk pomocí fluorescence a speciální kamery

220 Rakovina prostaty

- Nová metoda šetří důležitý sval

221 Klimakterium

- Sójové tablety jsou bez užitku

Dýchací soustava 222 – 233

223 Alergie

- Více pylu ve vzduchu
- Náplast mírní potíže

225 Tuberkulóza

- Nová léčba na obzoru

226 CHOPN

- Ďábel jménem cigareta
- Péče prostřednictvím telemedicíny
- Diagnóza z dechu?

229 Astma

- Dnes ordinuje dr. YouTube

230 Zánět plic

- Nebezpečí pro diabetiky

231 Rakovina plic

- Ozařování místo operace

232 Cystická fibróza

- Malý pokrok v terapii

233 Dechová nedostatečnost

- Pomoc stimulací mozku

Kůže, vlasy a nehty 234 – 241

235 Aktinická keratóza

- Rostlinné látky v boji proti předstupni rakoviny

236 Rakovina kůže

- V ohnisku pozornosti jsou solária
- Doba přežití se prodlužuje

238 Atopický ekzém

- Modré světlo místo UV

239 Vypadávání vlasů

- Brzda pro kmenové buňky

240 Kontaktní alergie

- Nebezpečné housenky

241 Infekce

- Studenou plazmou v boji proti bakteriím

Močové cesty 242 – 249

243 Transplantace ledvin

- Dárcovství od žijícího dárce je bezpečné i ve vyšším věku
- Kmenové buňky namísto imunosupresiv

245 Rakovina močového měchýře

- Milník v zachování orgánu

246 Inkontinence moči

- Implantáty zklamaly

247 Zvětšení prostaty

- Nová terapie při nutkání močit a BPH

248 Infekce močových cest

- Rostlinná a probiotická prevence

249 Močové kameny

- Miniinvasivní operace s trojrozměrnými live snímky

Dodatky

Rejstřík

250 – 253

Poděkování

254 – 256