

OBSAH

PŘEDMLUVA – *MUDr. Robert S. Mendelsohn* 9

ÚVOD – *Aveline Kushi* 20

ÚVODNÍ SLOVO – *Edward Esko* 25

Kapitola I.

PRŮBĚH UZDRAVOVÁNÍ PŘÍRODNÍMI CESTAMI 33

Stupně, jimiž probíhá průběh choroby 36

Sedm úrovní našeho stravování 40

Kapitola II.

PROCES, JÍMŽ PROBÍHÁ VÝVOJ NEMOCÍ

Předmluva – *MUDr. Jiřina Márová* 44

Proces, jímž probíhá vývoj nemocí 45

Standardní makrobiotický režim 46

Moderní způsob stravování 50

Výživa a rakovina 52

Kapitola III.

UMĚNÍ DIAGNOSTIKY 75

Dodatek 121

Kapitola IV.

ZAŽÍVACÍ SYSTÉM

Předmluva – *MUDr. Jiřina Márová* 124

Zaživací systém 127

Fyziologie zažívání 129

Makrobiotický přístup k chorobám zaživacího ústrojí 132

Dodatek 146

Kapitola V.

DÝCHACÍ SYSTÉM

Předmluva – *MUDr. Jiřina Márová* 148

Dýchací systém 149

Makrobiotika a choroby dýchacího ústrojí 150

Dodatek 160

Kapitola VI.

OBĚHOVÝ A LYMFATICKÝ SYSTÉM

Předmluva – *MUDr. Jiřina Márová* 162

Krev 163

Makrobiotika a choroby krve 165

Cévní systém 173

Makrobiotický přístup k onemocněním srdce a cév 174

Lymfatický systém 177

Makrobiotický přístup k chorobám lymfatického systému 178

Dodatek 180

Kapitola VII.

ENDOKRINNÍ SYSTÉM

Předmluva – *MUDr. Jiřina Márová* 183

Endokrinní systém 185

Obecné vlastnosti endokrinního systému 186

Fyziologie endokrinního systému 188

Přehled endokrinního systému 192

Onemocnění endokrinního systému 194

Makrobiotický přístup k onemocněním žláz s vnitřní sekrecí 197

Diabetes mellitus 200

Hyperinzulinismus 206

Kapitola VIII.

NERVOVÝ SYSTÉM

Předmluva – *MUDr. Jiřina Márová* 208

Nervový systém 210

Vědomí a komunikace 214

Makrobiotický přístup ke sclerosis multiplex a ostatním chorobám nervového systému 221

Kapitola IX.

ROZMNOŽOVACÍ SYSTÉM

Předmluva – *MUDr. Jiřina Márová* 234

Mužský rozmnožovací systém 235

Poruchy mužského rozmnožovacího systému	236
Ženský rozmnožovací systém	237
Onemocnění ženského rozmnožovacího systému	241
Pohlavní nemoci	245

Kapitola X.

OBLIČEJ A HLAVA

Předmluva – MUDr. Jiřina Márová	247
Makrobiotický přístup k očním chorobám	248
Makrobiotický přístup k ušním chorobám	253
Zuby	255
Vlasy	259

Kapitola XI.

PŘIROZENÉ TĚHOTENSTVÍ, POROD A PÉČE O DÍTĚ

Těhotenství	262
Etapy těhotenství	262
Embryonální výchova	263
Potíže, které mohou nastat během těhotenství	266
Porod	267
Novorozeně	271
Výživa a etapy lidského vývoje	276
Makrobiotika a dětské choroby	279
DODATEK A – Přírodní ošetření	282
DODATEK B – Artritida	287
DODATEK C – Zákony a pravidla Řádu vesmíru	289
DODATEK D – Klasifikace podle jin a jang	290
O autorovi	292
Bibliografie	294
Věcný rejstřík	296