

O B S A H

Neuróza a ty	6
Nejsi sám	8
Tvoje obtíže souvisí s duševním životem	10
Copak jsem duševně nemocný?	12
Copak si své obtíže namlouvám?	13
Něco tam musí být!	14
Nepřiměřené následky	19
Jednota	21
A co dědičnost?	24
Neuróza — výsledek učení ve škole života	26
A co životospráva?	36
Výživa	36
Rovnováha mezi námahou a odpočinkem, mezi tělesnou a duševní činností	37
Včasné vyšetření a léčení	38
Špatná životospráva: příčina nebo následek neurózy?	39
Vědět, znát	42
Ventily	43
V zdravém těle zdravý duch?	44
A já vždycky co mě má hlavička pobolívá	45
A mě srdce bolí	47

Těžké sousto	48
Věčný ženich	49
Vezmi lože své	52
Funkce, manželka, auto	56
Jak se vyhnout pokušení	59
Rozpory a neuróza	62
Sám proti sobě	67
Ono se to snáze řekne	70
Pevná vůle	72
Věčné mládí	75



Doc. MUDr. Ferdinand Knobloch

NEURÓZA A TY

Ilustrace a obálka: Neprakta

Vydalo Státní zdravotnické nakladatelství, n. p., Praha 1, Malostranské nám. 28 — Šéfredaktor nakladatelství: Doc. MUDr. Zdeněk Macek — Odpovědná redaktorka: Eva Červinková, prom. fil. — Grafická úprava a technická redakce: Mirko Vosátká Korektor: Vladimír Novák — Vydání 1. — Náklad: 26.000 výtisků — Stran: 80 — Vyobrazení: 33 — K sazbě: 21. 11. 1961 K tisku: 8. 2. 1962 — D-12* 20072 — Vyšlo: v dubnu 1962 — PAP: 2,50 — AA: 4,53 — VA: 5,— — Vytiskly a knihařsky zpracovaly Středočeské tiskárny, n. p., závod 101, Praha 2, Hálkova 2, ze sazby písmem Gill na papíře 5153-01 — 61 × 86 80 g — 301 08/31 — 49846/56 — D/1 — 62710 — 5 % — 56/III-7