

Obsah

8 Životopis srdce

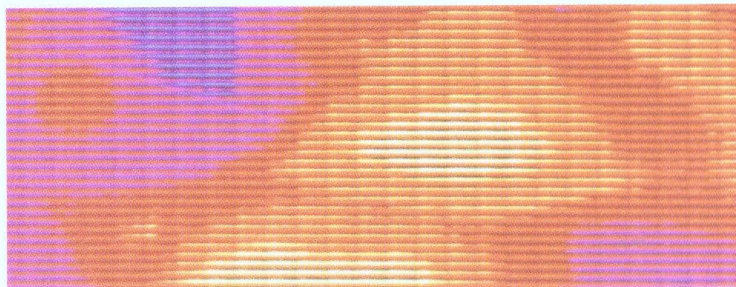
1



Jak srdce pracuje

- 16 Vaše podivuhodné srdce a oběhová soustava
- 18 Srdce – pohled zvenčí
- 20 Uvnitř srdce
- 22 Srdeční sval
- 24 Elektrický převodní systém srdce
- 26 Srdeční chlopně
- 28 Oběhová soustava
- 30 Tepny a žíly
- 32 Kompletní okruh srdcem
- 34 Jak se srdce mění při narození
- 36 Jeden den v životě lidského srdce

2



Život pro zdravé srdce

ZASAĎTE SE O ZDRAVÍ SVÉHO SRDCE

- 41 Převzmete odpovědnost za vlastní zdraví
- 48 Zapojte se do péče o své zdraví

ŽIVOTNÍ STYL PRO ZDRAVÉ SRDCE

- 52 Jak se vypořádat se stresem
- 54 Spánek a zdravé srdce
- 56 Rozumné pití
- 59 Srdce a drogy
- 60 Kouření – jed pro srdce
- 64 Záhady kolem kofeinu

VÝŽIVA PRO ZDRAVÉ SRDCE

- 66 Palivo pro tlukoucí srdce
- 73 Hýčkejte si srdce zdravým jídlem
- 76 Ve formě a se zdravou váhou

ROZCVIČTE SI SRDÍČKO

- 80 Cvičení srdci prospívá
- 82 Zařaďte do života aktivitu
- 85 Dejte srdci zdravě zabrat
- 89 Zvyšujte svůj potenciál

3



Když se něco pokazí

- 94 Co všechno může přestat fungovat
- 97 Seznamte se s kardiovaskulárními odborníky

- 132 Rejstřík
- 136 Poděkování

JAK ZJISTIT, CO NEFUNGUJE

- 98 Anamnéza a vyšetření
- 101 Měření krevního tlaku
- 102 Vyšetřování krevních vzorků
- 103 Monitorování elektrických impulzů srdce
- 105 Zobrazování struktur a funkcí
- 109 Zobrazování krevních cév

SOUČASNÉ MOŽNOSTI LÉČBY

- 113 Léky na srdce
- 119 Uvolnění krevních cév
- 121 Implantace kardiostimulátoru
- 122 Chirurgická řešení srdečních problémů
- 124 Operace srdečního bypassu
- 129 Chirurgická oprava krevních cév
- 131 Rekonvalescence po srdečním infarktu