

Obsah

8 Životopis plic

1



Jak plíce fungují

- 16 Úžasné plíce a dýchací ústrojí
- 18 K čemu plíce potřebujeme?
- 20 Mechanismus dýchání
- 22 Horní cesty dýchací
- 24 Dolní cesty dýchací
- 26 Struktura plic
- 28 Jak se kyslík dostává do krve
- 30 Obrana plic
- 32 Vzduch, který dýcháme
- 34 Jeden den v životě dýchacího ústrojí

2



Přirozené dýchání

PÉČE O DÝCHACÍ ÚSTROJÍ

- 39 Zjistěte, co je ještě normální
- 42 Nenechávejte zdraví plic náhodě
- 45 Jak přežít ve zdraví zimu
- 50 Zvládání astmatu
- 52 Zdravě a stále v pohybu
- 56 Léky a dýchání

VOLBY PRO ZDRAVÝ ŽIVOT

- 58 Smrtící návyk kouření
- 62 Desatero pro skoncování s kouřením
- 65 Lepší stravou k lepšímu dýchání
- 68 Cvičení pro zdravé plíce
- 75 Dýchání a držení těla

ZDRAVÉ ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

- 80 Co znamená znečištěné ovzduší
- 81 Hlavní škodliviny
- 84 Znečištěné ovzduší na pracovišti
- 88 Zdravý domov pro vaše plíce

3



Když nastanou komplikace

92	Co se může pokazit	132	Rejstřík
95	Kdo je kdo – poznejte specialisty na dýchací choroby	136	Poděkování

PÁTRÁNÍ PO PŘÍČINĚ POTÍŽÍ

96	Lékařská anamnéza a vyšetření
99	Zkoumání funkce plic
102	Laboratorní rozbor
106	Zobrazení plic
110	Pohled do nitra plic

SOUČASNÁ LÉČBA

112	Medikamentózní terapie
118	Fyzioterapie
120	Kyslíková terapie
122	Léčba rakoviny
125	Chirurgická řešení plicních problémů
130	Resekce plicního nádoru
131	Paliativní péče