

1



Jak krev a imunitní systém fungují

- 16 Úžasná krev a imunitní systém
- 18 Složení krve
- 20 Červené krvinky
- 22 Bílé krvinky
- 24 Krevní destičky a srážlivost
- 26 Kostní dřeň – kde vzniká krev
- 28 Lymfatický systém
- 30 Lymfatické uzliny
- 32 Brzlík
- 34 Slezina
- 36 Protilátky
- 38 Den v životě oběhového a imunitního systému



Zdravé systémy pro život

ZASAĎTE SE O VLASTNÍ ZDRAVÍ

- 43 Co je ještě normální
- 47 Jak udržet pod kontrolou krevní tlak
- 49 Nezapomínejte na rizikové faktory
- 51 Zdravý imunitní systém
- 55 Proč byste měli dávat krev

STRAVA PRO ZDRAVOU KREV A IMUNITNÍ SYSTÉM

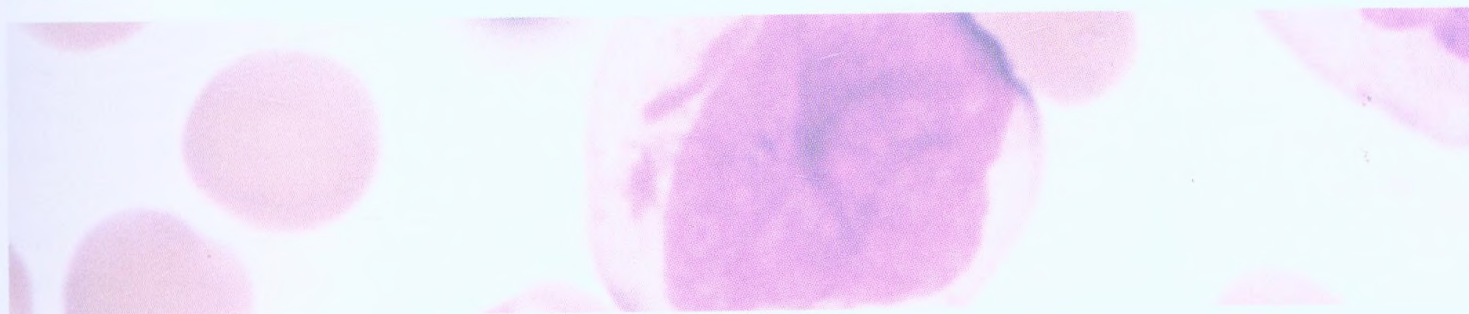
- 60 Posilování imunitního systému
- 64 Nápoje a zákusky pro zdraví
- 65 Potraviny pro zdravou krev
- 70 Foláty a kyselina listová
- 72 Recepty pro dostatek železa a folátů
- 74 Alkohol, krev a imunitní systém

POHYB PRO ZDRAVÝ KREVNÍ OBĚH

- 76 Cvičení a krevní oběh
- 78 Jak si udržet zdravé nohy
- 82 Fyzický pohyb a nadmořská výška
- 84 Jak dosáhnout správné vyváženosti

CHRAŇTE SE

- 88 V čem tkví důležitost očkování
- 92 Zodpovědné chování



Když se něco pokazí

- 98 Co všechno může přestat fungovat
- 101 Kdo je kdo – odborníci na krev a na imunitní systém

JAK ZJISTIT, CO NEFUNGUJE

- 102 Anamnéza a vyšetření
- 105 Rozbory krve
- 108 Vyšetření kostní dřeně
- 109 Průlomy v genetickém testování
- 110 Vyšetření na protilátky a na alergii

SOUČASNÁ LÉČBA

- 112 Léky na krev a imunitní systém
- 113 Léky proti srážlivosti krve
- 114 Léčba anémie
- 115 Transfuze krve
- 117 Medikamentózní léčba rakoviny krve

- 119 Odstranění mízních uzlin
- 120 Co jsou kmenové buňky?
- 123 Léčba SCID kmenovými buňkami
- 124 Boj proti dětské leukemii
- 126 Transplantace orgánů a imunosuprese
- 130 Život s imunosupresivou
- 132 Rejstřík
- 136 Poděkování