

Obsah

2

8 Životopis kůže

1



Jak kůže, vlasy a nehty fungují

- 16 Úžasná kůže, vlasy a nehty
- 18 Epidermis
- 20 Dermis
- 22 Hmat
- 24 Jak kůže chrání tělo
- 26 Regulace teploty
- 28 Barva kůže a vlasů
- 30 Vše o vlasech
- 32 Na konci článků
- 34 Kůže, vlasy a nehty v běhu života
- 36 Den v životě kůže a vlasů



Vše pro zdravou pleť, vlasy i nehty

VĚNUJTE SE PÉČI O ZDRAVOU KŮŽI

- 41 Měnící se vzhled pleti a vlasů
- 46 Prevence rizik hrozících kůži a vlasům
- 51 Léky versus kůže
- 52 Základní péče o pleť a o vlasy
- 61 Tělesné ochlupení
- 63 Zdravé a krásné nehty

POTRAVINY A NÁPOJE PRO ZDRAVOU PLEŤ, VLASY A NEHTY

- 66 Jídelníček pro zdravou kůži, vlasy a nehty
- 68 Jak jídlo ovlivňuje pleť
- 71 Potraviny pro zdravé vlasy a nehty

LIDSKÁ KŮŽE A POČASÍ

- 74 Jak slunce ovlivňuje naši kůži
- 81 Chlad versus kůže, vlasy a nehty

PODEJTE PŘÍRODĚ POMOCNOU RUKU

- 84 Vlasy, koruna krásy
- 88 Každodenní líčení
- 92 Záplava barev
- 94 Zdobení těla
- 95 Estetická chirurgie

Když se něco pokazí

- | | | | |
|---------------------------|---|-----|-----------------------------------|
| 102 | Co všechno může přestat fungovat | 124 | Vyhlazování povrchu kůže |
| 105 | Kdo je kdo – specialisté na kůži, vlasy a nehty | 126 | Laserová léčba kožních onemocnění |
| JAK ZJISTIT, CO NEFUNGUJE | | 128 | Mohsova mikrografická chirurgie |
| 106 | Anamnéza a vyšetření | 130 | Léčba rakoviny kůže |
| 108 | Testy a vyšetření | | |
| SOUČASNÉ MOŽNOSTI LÉČBY | | 132 | Rejstřík |
| 111 | Terapie světlem | 136 | Poděkování |
| 113 | Léky na kožní obtíže | | |
| 118 | Jak mohou léky ovlivnit kůži a vlasy | | |
| 119 | Základní způsoby chirurgické léčby | | |
| 121 | Kožní štěpy a transplantace | | |
| 123 | Léčba popálenin | | |