

OBSAH

POĎAKOVANIE	IX
V KNIHE SA DOZVIETE	XIII
ÚVOD: AKO SME SA STALI TOX-SICKÝMI	XV

PRVÁ ČASŤ / TOTÁLNE TOX-SICK

1 NOVÉ TOXICKÉ HROZBY	3
2 OCHRANNÉ SYSTÉMY NÁŠHO TELA - A SIGNÁLY, ŽE NIEČO NIE JE V PORIADKU	33

DRUHÁ ČASŤ / DÔSLEDNÁ OCHRANA VÁŠHO TELA A DOMOVA

Rozhovory s lekármi, ktorí menia veci k lepšiemu

3 Črevá	55
Rodinný príbeh pre výstrahu: Rozhovory s Violet a Caroline.....	62
Spojitosť medzi črevami a rakovinou: Rozhovor s Nicholasom Gonzalezom, M.D.....	71
4 MOZOG	93
Environmentálna choroba: Rozhovor so Sherry Rogers, M.D.....	103
5 SRDCE	131
Rozhovor so Stephenom Sinatrom, M.D., FACN, CBT.....	136
6 VPLYV TOXÍNOV NA HORMÓNY ŠTÍTNEJ ŽLÁZY A INÉ HORMÓNY	157
Prečo nezabera vaša bioidentická hormonálna liečba: Rozhovor s Garrym Gordonom, M.D.....	160

7 ZVÝŠOK VÁŠHO TELA	171
Plesen a ako môže ohrozovať naše zdravie: Rozhovor s Ritchiem Shoemakerom, M.D.	173
8 OCHRANA VÁŠHO DOMOVA, RODINY A PRACOVISKA	193
Nedajte toxínom šancu: Rozhovor s Walterom Crinnionom, N.D.	194

TRETIA ČASŤ / PRAVDA O OČISTE

Ako získať optimálne zdravie

9 ZÁKLADY DETOXU	219
9 bodov detoxikačného zoznamu.....	219
Protokol: doplnky na prežitie.....	220
10 POKROČILÉ TECHNIKY	263
 ZÁVER	273
PRÍLOHA: SYNTETICKÉ CHEMIKÁLIE A RIZIKO OCHORENIA	277
ODPORÚČANÁ LITERATÚRA	285
BIBLIOGRAFIA	307