

OBSAH

PREDSLOV	9
ÚVOD	14

1.ČASŤ

1.AKO NEZOMRIEŤ NA SRDCOVÚ CHOROBU	29
2.AKO NEZOMRIEŤ NA PLŮCNE CHOROBY	44
3.AKO NEZOMRIEŤ NA CHOROBY MOZGU	57
4.AKO NEZOMRIEŤ NA RAKOVINU TRÁVIACEHO TRAKTU 79	
5.AKO NEZOMRIEŤ NA INFEKČNÉ CHOROBY	96
6.AKO NEZOMRIEŤ NA CUKROVKU	120
7.AKO NEZOMRIEŤ NA VYSOKÝ KRVNÝ TLAK	143
8.AKO NEZOMRIEŤ NA OCHORENIA PEČENE	165
9.AKO NEZOMRIEŤ NA RAKOVINU KRVI	180
10. AKO NEZOMRIEŤ NA OCHORENIE OBLIČIEK	191
11. AKO NEZOMRIEŤ NA RAKOVINU PRSNÍKA	206
12. AKO NEZOMRIEŤ NA SAMOVRAŽEDNÚ DEPRESIU	228
13. AKO NEZOMRIEŤ NA RAKOVINU PROSTATY	243
14. AKO NEZOMRIEŤ NA PARKINSONOVU CHOROBU	259
15. AKO NEZOMRIEŤ NA IATROGÉNIU (ALEBO AKO NEZOMRIEŤ VINOU LEKÁROV)	274

2.ČASŤ

ÚVOD	289
ČO BY JEDOL DOKTOR GREGER?	304
STRUKOVINY	311
BOBULOVINY	324
INÉ OVOCIE	332
HLÚBOVÁ ZELENINA	341
LISTOVÁ ZELENINA	348
INÉ DRUHY ZELENINY	360
ĽANOVÉ SEMIENKA	379
ORECHY A SEMENÁ	383
BYLINKY A KORENINY	391
CELOZRNNÉ OBILNINY	412
NÁPOJE	422
CVIČENIE	436
ZÁVER	444
POĎAKOVANIE	451
PRÍLOHA: VÝŽIVOVÉ DOPLNKY	452
POZNÁMKY	459