

OBSAH

<i>Predslov</i>	11
<i>Zopár slov na úvod</i>	13

PRVÁ ČASŤ: Odhalenie pravdy o štítnej žľaze

1. kapitola:	Pravda o štítnej žľaze.....	21
2. kapitola:	Spúšťače vírusu štítnej žľazy.....	29
3. kapitola:	Ako funguje vírus štítnej žľazy.....	37
4. kapitola:	Skutočný význam štítnej žľazy.....	51
5. kapitola:	Vysvetlenie príznakov a zdravotných problémov.....	55
6. kapitola:	Rakovina štítnej žľazy.....	89
7. kapitola:	Testy predpokladov zdravia odhadujúce stav štítnej žľazy.....	95
8. kapitola:	Liečba štítnej žľazy.....	99

DRUHÁ ČASŤ: Veľké omyly, ktoré nám stoja v ceste

9. kapitola:	Most na breh zdravia.....	109
10. kapitola:	Prvý veľký omyl: Autoimunitný zmätok.....	117
11. kapitola:	Druhý veľký omyl: Koncept záhadných chorôb.....	121
12. kapitola:	Tretí veľký omyl: Nálepky namiesto odpovedí.....	123
13. kapitola:	Štvrtý veľký omyl: Zápal ako príčina.....	125
14. kapitola:	Piaty veľký omyl: Mýtus o metabolizme.....	129
15. kapitola:	Šiesty veľký omyl: Vinníkmi sú gény.....	133
16. kapitola:	Siedmy veľký omyl: Podceňovanie Nemilosrdnej štvorky.....	137
17. kapitola:	Ôsmy veľký omyl: Všetko je v hlave.....	141
18. kapitola:	Deviaty veľký omyl: Za chorobu si môžete sami.....	143

TRETIA ČASŤ: Vzkriesenie štítnej žľazy

19. kapitola:	Čas na obnovu tela.....	149
20. kapitola:	Život bez štítnej žľazy.....	151
21. kapitola:	Bežné chyby a ako sa im vyhnúť.....	153
22. kapitola:	Jedlá, bylinky a výživové doplnky s liečivou silou	161
23. kapitola:	90-dňová rehabilitácia štítnej žľazy.....	177
24. kapitola:	Recepty na liečbu štítnej žľazy.....	189
25. kapitola:	Techniky liečby štítnej žľazy.....	253
26. kapitola:	Konečne uzdravená: Príbeh jednej ženy.....	257

ŠTVRTÁ ČASŤ: Tajomstvá spánku

27. kapitola:	Štítna žľaza a nespavosť.....	263
28. kapitola:	Prameň spánku	267
29. kapitola:	Rozpoznanie problémov so spánkom	271
30. kapitola:	Liečba problémov so spánkom.....	279
31. kapitola:	Prečo sú zlé sny dobré	285

<i>Doslov: Zlato duše.....</i>	287
--------------------------------	-----

<i>Záverečná poznámka.....</i>	289
--------------------------------	-----

<i>Register.....</i>	291
----------------------	-----

<i>Podakovanie.....</i>	301
-------------------------	-----