

O B S A H.

	Strana
Předmluva	5—6
I.	
Otázka účelné výživy	7—18
Otázka účelného množství potravy	18 27
Otázka účelné jakosti potravy	27—46
II.	
Vitaminy a obraz jejich nedostatku ve výživě	47—49
1. Vitamin <i>A</i> a vliv jeho nedostatku v potravě	49—54
Obraz nedostatku vitaminu <i>A</i> u člověka	54—55
a) Onemocnění oční: Vysýchání spojivky oční. Rozpad rohovky	56—60
b) Poruchy vývinu a snížení zdolnosti vůči chorobám jako následek nedostatku vitaminu <i>A</i>	60—62
c) Jest krivice podmíněna nedostatkem vitaminu <i>A</i> ?	62—87
d) Pozdní rachitis	87—89
e) Porucha u kojenců z výživy moukou	89—91
2. Vitamin <i>B</i> a vliv jeho nedostatku v potravě	91—97
Obraz nedostatku vitaminu <i>B</i> u člověka: Beri-beri	97—106
3. Vitamin <i>C</i> a vliv jeho nedostatku v potravě	106—111
Obraz nedostatku vitaminu <i>C</i> u člověka	111—112
a) Kurdže či skorbut dospělých	112—118
b) Dětský skorbut či nemoc Moeller-Barlowova	119—122
c) Nemoci příbuzné dětskému skorbutu a otázka přípravného období pro vývin skorbutu	123—127
4. Podmínky zdárného vzrůstu a otázka vitaminu vzrůstového	127—148
5. Jiné choroby z nedostatku živných látek známých i neznámých	148—160
a) Hlad. Podvýživa. Oedem z hladu	148—155
b) Pellagra	155—159
c) Sprue	159—160
III.	
Výsledky výzkumů o vitaminech, jejich podstatě a významu	161—170
IV.	
Praktické důsledky učení o vitaminech pro naši výživu	171—196
V.	
Stručný přehled kalorické hodnoty jednotlivých potravin, s poukazem k jejich hodnotě vitaminů	197—208