

# OBSAH

HOMOCYSTEIN.....	5
PŘEDMLUVA.....	7
ÚVOD .....	12
<b>KAPITOLA 1</b>	
1.1 Co je to homocystein a jeho význam. ....	20
1.2. Udržení stálosti vnitřního prostředí v buňkách je podmínka života. ....	21
1.3. Nahlédnutí do biochemie Hcy a její úlohy. ....	22
1.4. Co rozhoduje o metabolizaci Hcy a jeho hladině v krvi. ....	27
1.5. Co je to hyperhomocysteinémie a jaké jsou její důsledky. ....	30
1.6. Sociální aspekt pomáhá pochopit, že.....	31
1.7. Co se začne při hyHcy v organismu dít: .....	32
1.8. Věda třídí hyHcy podle její závažnosti; unikla jí ta nejdůležitější. ....	35
<b>KAPITOLA 2</b>	
2.1. Příčina hyperhomocysteinémie je ve skladbě stravy. ....	37
2.2. Tím výčet hříchů v našem stravování nekončí.....	42
2.3. Vegetariánská strava a Hcy, jak dodat vitamíny všem.....	44
2.4. Názor na podíl cholesterolu při vzniku KVO se zcela mění – je výrazně menší, než mu přisuzovala cholesterolová teorie, která ztratila platnost. ....	46
2.5. Cholesterolové teorie vznikla jako fikce,.....	52

## KAPITOLA 3

3.1. Vymezení pojmů a jejich obsahu .....	55
3.2. KVO a zdravotní stav obyvatel ČR.....	56
3.3. Zrádnost KVO a některé další problémy. ....	58
3.4. Poznání příčin a rizikových faktorů KVO:.....	62
3.5. Obezita je RF vyžadující zvláštní pozornost.....	67
3.6. Sledování souvislostí mezi hladinami Hcy a cholesterolu může být prakticky využitelnou hrou.....	69
3.7. Další důležitá pozorování ze světa a jak je využít. ....	70
3.8. Ještě něco z našich zkušeností s KVO. ....	72
3.9. Další zajímavosti praktického významu. ....	74
3.10. Zajímavé epidemiologické souvislosti mezi hyHcy a KVO vydají na samostatnou knihu. ....	76
3.11. Jak se našel vztah mezi KVO a nádory.....	81
3.12. Účinky střídmosti v jídle a hladovění. ....	81
3.13. Můžeme udělat z poznatků o KVO nějaké dílčí závěry? .....	83
3.14. Souhrn 3. kapitoly: .....	84

## KAPITOLA 4

4.1 Obory gynekologie, porodnictví a neonatologie přispívají k poznání a pochopení hyHcy. ....	86
4.2. K poznání významu hyperhomocysteinémie přispěly i psychiatrie a neurologie.....	94
4.3. Projevy hyperhomocysteinémie v gastroenterologii. ....	98
4.4. HyHcy jako příčina zánětlivých revmatických onemocnění, poruch pohybového ústrojí, poškození vazivových tkání o osteoporózy. ....	99
4.5. HyHcy zasahuje i do imunitních procesů a vyvolává mutace genů.....	104

## KAPITOLA 5

5.1. Co víme o vzniku nádorů.....	109
5.2. Jaké léčebné a preventivní postupy ve vztahu k nádorům volit. ....	113
Namísto vypracování projektu .....	114
5.3. Chyby současného systému léčení nádorů.....	116

## KAPITOLA 6

6.1. Na okraj obecné teorie vzniku civilizačních chorob (CCH).....	122
6.2. Obecná teorie vzniku civilizačních chorob .....	123
6.3. Problémy péče o zdraví za současného stavu zdravotnictví a v blízké budoucnosti. ....	126
6.4. Jak mohou poznatky o Hcy ovlivnit budoucí podobu péče o zdraví? Značně, ale napřed je nutná další kritika současného stavu.....	133
6. 5. A jak by mohlo vypadat české zdravotnictví až se zbaví brzd svého rozvoje.....	142

## KAPITOLA 7

Příliš dlouhý závěr.....	146
--------------------------	-----