

OBSAH

Předmluva	4
1 Zdraví a kvalita života (<i>Michal Zvírotský</i>)	5
2 Faktory významné pro podporu zdraví (<i>Michal Zvírotský</i>)	6
3 Emoční zakotvení – cesta ke zdraví (<i>Michal Zvírotský</i>)	11
4 Základy veřejného zdravotnictví (<i>Irena Kašparová</i>)	13
5 Hygiena a ochrana zdraví (<i>Alena Šedivá</i>)	20
6 Obecné zásady první pomoci (<i>Štěpánka Šťovičková</i>)	27
7 Výchova ke zdraví (<i>Alena Thorovská</i>)	37
Přehled vybraných nemocí	41
Terminologický slovníček	45
Literatura	49