

Obsah

ÚVOD

Svatý grál	9
------------------	---

1. KAPITOLA

Nalezení truhly s pokladem	31
<i>Jak léky na hubnutí fungují</i>	

2. KAPITOLA

Jako ve velkém Cheesecake Parku	50
<i>Proč přibíráme na váze</i>	

3. KAPITOLA

Smrt a znovuzrození pocitu sytosti	69
<i>Zvláštní spojení mezi průmyslově zpracovanými potravinami a novými léky</i>	

4. KAPITOLA

Život v zaníceném stavu	91
<i>Co se stalo s našimi těly – a mohou to nové léky odvrátit?</i>	

5. KAPITOLA

Historie se opakuje?	102
<i>Rizika starých – a těch nových – léků na hubnutí</i>	

6. KAPITOLA

Proč raději nadržíte dietu a necvičíte?	124
<i>Dvě hlavní alternativy léků na hubnutí – a proč (většinou) selžou</i>	

7. KAPITOLA

Změny mozkové činnosti	145
<i>Dobré zprávy pro závislost, špatné zprávy pro depresi?</i>	

8. KAPITOLA

Jakou úlohu u vás plní jídlo?	169
<i>Pět důvodů, proč jíme – a co se stane, když tyto důvody přestanou platit</i>	

9. KAPITOLA

„Myslím, že nejste ve svém těle“	192
<i>Jak mě Ozempic přiměl uvědomit si, že se musím změnit</i>	

10. KAPITOLA

Sebepřijetí versus sebevyladování?	206
<i>Co tyto léky budou znamenat pro lidi s poruchami příjmu potravy?</i>	

11. KAPITOLA

Nepřípustná tělesná forma?	220
<i>Mohou tyto nové léky pomoci proti stigmatizování?</i>	

12. KAPITOLA

Země, která Ozempic nepotřebuje	245
<i>Co dělají Japonci správně – a co se od nich můžeme naučit</i>	

ZÁVĚR

Současné možnosti	274
-------------------------	-----

OBSAH

Co můžete udělat pro zlepšení potravinového systému?	288
Další četba	290
Poděkování	292
Poznámky	294