

Obsah

8 Životopis plic

1



Jak plíce fungují

- 16 Úžasné plíce a dýchací ústrojí
- 18 K čemu plíce potřebujeme?
- 20 Mechanismus dýchání
- 22 Horní cesty dýchací
- 24 Dolní cesty dýchací
- 26 Struktura plic
- 28 Jak se kyslík dostává do krve
- 30 Obrana plic
- 32 Vzduch, který dýcháme
- 34 Jeden den v životě dýchacího ústrojí

2



Přirozené dýchání

PÉČE O DÝCHACÍ ÚSTROJÍ

- 39 Zjistěte, co je ještě normální
- 42 Nenechávejte zdraví plic náhodě
- 45 Jak přežít ve zdraví zimu
- 50 Zvládání astmatu
- 52 Zdravě a stále v pohybu
- 56 Léky a dýchání

VOLBY PRO ZDRAVÝ ŽIVOT

- 58 Smrtící návyk kouření
- 62 Desatero pro skoncování s kouřením
- 65 Lepší stravou k lepšímu dýchání
- 68 Cvičení pro zdravé plíce
- 75 Dýchání a držení těla

ZDRAVÉ ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

- 80 Co znamená znečištěné ovzduší
- 81 Hlavní škodliviny
- 84 Znečištěné ovzduší na pracovišti
- 88 Zdravý domov pro vaše plíce

3



Když nastanou komplikace

- | | | | |
|----|--|-----|------------|
| 92 | Co se může pokazit | 132 | Rejstřík |
| 95 | Kdo je kdo – poznejte specialisty na dýchací choroby | 136 | Poděkování |

PÁTRÁNÍ PO PŘÍČINĚ POTÍŽÍ

- 96 Lékařská anamnéza a vyšetření
- 99 Zkoumání funkce plic
- 102 Laboratorní rozbor
- 106 Zobrazení plic
- 110 Pohled do nitra plic

SOUČASNÁ LÉČBA

- 112 Medikamentózní terapie
- 118 Fyzioterapie
- 120 Kyslíková terapie
- 122 Léčba rakoviny
- 125 Chirurgická řešení plicních problémů
- 130 Resekce plicního nádoru
- 131 Paliativní péče