

OBSAH

| | |
|-------------------------------------------------|------------|
| Předmluva | 7 |
| ČÁST PRVNÍ : PŘIROZENÁ PREVENCE RAKOVINY | 15 |
| 1. Rakovina, strava a makrobiotika | 17 |
| 2. Rakovina a moderní civilizace | 36 |
| 3. Přirozená prevence rakoviny | 41 |
| 4. Strava a vývoj rakoviny | 53 |
| 5. Makrobiotická strava jako prevence rakoviny | 58 |
| 6. Jin, jang a vývoj rakoviny | 87 |
| 7. Přirozená léčba rakoviny | 96 |
| 8. Role emocí v rozvoji rakoviny | 102 |
| 9. Žena a rakovina | 116 |
| 10. Cvičení, životní styl a síla psychiky | 124 |
| 11. Alternativní diagnostika rakoviny | 138 |
| 12. Kombinování makrobiotiky s jinými metodami | 146 |
| 13. Rakovina a zdraví naší planety | 169 |
| ČÁST DRUHÁ : SOUČASNÉ FORMY RAKOVINY | 181 |
| 14. Rakovina kostí | 187 |
| 15. Rakovina mozku | 197 |
| 16. Rakovina prsu | 209 |

| | |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 17. Dětské formy rakoviny | 231 |
| 18. Rakovina tlustého střeva a konečníku | 243 |
| 19. Rakovina ženských reprodukčních orgánů: vaječníky, děloha, děložní čípek a pochva | 256 |
| 20. Rakovina močového měchýře a ledvin | 274 |
| 21. Leukémie | 286 |
| 22. Rakovina jater | |
| 23. Rakovina plic | 313 |
| 24. Rakovina lymfatického systému: lymfom a Hodgkinova nemoc | 329 |
| 25. Rakovina mužských reprodukčních orgánů: prostaty a varlat | 341 |
| 26. Rakovina ústní dutiny, hltanu, hrtanu a jícnu | 352 |
| 27. Rakovina slinivky břišní | 362 |
| 28. Rakovina kůže a melanom | 375 |
| 29. Rakovina žaludku | 388 |
| 30. Rakovina štítné žlázy | 398 |

ČÁST TŘETÍ : PRAKTICKÁ ŘEŠENÍ 407

| | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 31. Pravidla a zásady pro pacienty s rakovinou | 409 |
| 32. Hladký přechod | 411 |
| 33. Recepty | 418 |
| 34. Jídelníček | 452 |
| 35. Kuchyňské nádobí a pomůcky | 456 |
| 36. Postupy pro domácí léčbu a péči | 459 |
| 37. Modlitba, meditace a vizualizace | 492 |
| Dodatek 1 :Pravidla stravování pro tropické, subtropické, polární a subpolární oblasti | 495 |
| Dodatek 2 : Nemoc v rodině Kushiů | 499 |
| Dodatek 3 : Rakovina zvířat | 505 |
| Poznámky | 507 |
| Doporučená literatura, odkazy | 515 |