

OBSAH

Půst je zdravý	8
Kdy přestane kuřák kouřit	9
Nízký krevní tlak	10
Opulentní večeře rovná se kila navíc	11
Káva snižuje opilstost	12
Alkohol	12
Afrodiziaka pod polštářem	14
Česnek léčí	14
Syfilis	15
Tuberkulóza	16
Tetanus	17
Bakterie	17
Nejen biopotraviny	18
Bolest v pravém podbřišku	19
Co je syrové, je zdravé	20
Big Mac není zdravý	21
Voní jogurt po jahodách?	22
Nejvíce vitamínu C najdeme v citrónech	24
Škodí kouření zdraví	25
Zásoby spánku	26
Čím víc vitamínů, tím lépe	27
Káva a čaj, kofein a tein	28
Vyholené podpaží rovná se méně potu	30
Čistota půl zdraví	30
„Bez cukru“ znamená nesladký	31
Hroznový cukr se vyrábí z hroznů	31
Jak přijít k bradavicím	31

	Třešně s peckami ... a slepé střevo	32
	Jezme více vlákniny	33
	Rostou vám třetí zuby	34
	Když vás kousne zmije	36
8	Zázračný zelený čaj	37
9	Bradavice můžete ukecat	38
10	Vši a co s nimi	38
11	Proč je pot cítit	40
12	Dáte si rádi poledního šlofika?	40
12	Svalová kocovina	42
14	Antibaby pilulka přišla z USA	42
14	Kniha pod polštářem podporuje paměť	43
15	Jsou blondýny hloupé?	44
16	Oplodňovací poloha	46
17	Marihuanu za volantem nelze dokázat	46
17	Žaludeční vředy a stres	47
18	Káva značně zvyšuje krevní tlak	48
19	Nachlazení není nemoc z nachlazení	49
20	Těsné džínsy dělají muže neplodnými	50
21	Také jste cítil česnekem?	51
22	Vyplatí se přestat kouřit?	52
24	Nejzdravější spánek je před půlnocí	53
25	Čtení za šera	53
26	Těhotná musí jíst za dva	55
27	Kolik promile člověk snese	56
28	Čokoláda a kila navíc	56
30	Čistota půl zdraví....	57
30	Čisté ruce	58
31	Dlouhý život	59
31	Muži jsou z Marsu, ženy jsou z Venuše	60
31	Šumava je zdravější než rohlíky	62

Po sladkém se kazí zuby	63
Akupunktura	63
Nezdravá pizza	65
Těžké kosti	67
Okurková maska	68
Opar	68
Trefil ho šlak	69
Svalovec a síla svalů	70
Zápach z úst	71
Ranní erekce	71
Nosíte brýle?	72
Pravidelná stolice	72
Krvácení z nosu	73
Až budete na kapačce	74
Nudle u nosu	75
Láska na první pohled?	76
Kojení	78
Vytrvalci a dlouhý život	79
Nikotinové náhražky jsou nanic	80
Heparinový vrah	80
Nevěra a infarkt	82
Katetr a dilatace	83
Alergie a my	84
Jen červené víno nás ochrání před infarktem	85
Muži a rakovina prsu	86
Celulitida je nemoc, kterou musíme léčit	87
Cola naleptává žaludeční sliznici	88
Zase mám depku	88
Infarkt je nemoc manažerů	89
Co s omrzlinami	90
Podzimní nečas a sebevraždy	92

63	Rychlost růstu vlasů	92
63	Infarkt a vitamín C	93
65	Stáří a geny	94
67	Ideální váha	95
68	Léčebná kúra vlastní krvi	96
68	Rozmrazené potraviny	97
69	Špatná diagnóza	98
70	Televize škodí našim očím	98
71	Operace kolenních vazů	99
71	Srdeční infarkt je chlapecká nemoc	100
72	Klíšťata se musí „vyšroubovat“	100
72	Léčiva působí u mužů i u žen stejně	101
73	Alkohol a zima	103
74	Prášky proti bolesti hlavy	104
75	Deodoranty osvěžují	104
76	Scvrknutý žaludek	105
78	Káva odebírá tělu vodu	105
79	Alkohol a sex	106
80	Umíte lhát?	107
80	Máte ještě mandle?	107
82	Alergii máte nadsmrti	108
83	Nealkoholické pivo	109
84	Květiny pro nemocného	109
85	Antidepresiva a sebevraždy	110
86	Máte hnačku	111
87	Pásový opar	112
88	Kdo pije často kávu, dostane infarkt	112
88	Placebo efekt	113
89	Císařský řez	114
90	Sport a nadváha	115
92	Vegetariáni jsme od přírody	116

Klimatické změny a oběti na životech	117
Aspirin ochrání před rakovinou	119
Alkoholici snadněji onemocní rakovinou	120
Tenisový loket	121
Kuchyně našich babiček	123
Desetitisíce mrtvých v Černobylu	124
Spaní ve vytopené místnosti	125
Černoši mají více sexuálních hormonů	126
Káva bez kofeinu neškodí	128
Málo tuků prospívá zdraví	129
Neškodné neštovice	130
Nejez sladké, dostaneš cukrovku	131
Máte červenou krev?	133
Genetika a barva pleti	134
Antibiotika a nachlazení	134
Homeopatie	135
Napij se před jídlem	136
Dědičná rakovina prsu	136
Pot odpuzuje	137
Po cigaretách se hubne	138
Popáleniny a první pomoc	139
Každý tloušťík dobře ví, že je tlustý	140
Cholesterol a jak na něj	142
Cholesterol - dobrý a zlý	142
Sůl a letní vedra	144
Mít dobrou náladu	144
Kolik procent mozku používáte	145
Strach z klíšťat	146
Jablko místo kartáčku na zuby	147
Volba partnera	148
Pasivní kouření je neškodné	149

Každý má svého alzheimera	151
Podle nosa poznáš kosa	152
Zubní kaz je civilizační nemoc	153
Je mužská nevěra naprogramovaná?	154
Smrt vepsaná ve tváři	155
Alkohol a ekonomika	156
Vánoce a kila navíc	158
Cigareta a svíčka	159
Hnědý cukr je zdravější	160
Máte plombu z amalgámu	160
Antibakteriální mýdlo	161
Legenda o špenátu	162
Líbání a nemoci	163
Vitamín C a nachlazení	164
Penicilín – záchrana lidstva	166
Bolesti v zádech	166
Čím déle spíme, tím jsme zdravější	167
Kam chcete tu injekci	169
Parkinsonova choroba	170
Holíte si nohy?	171
Hippokratova přísaha	171
Chuťové buňky	172
Neškodný Taser	173
Ptačí chřipka	174
Jíst nebo nejíst	175
Lepší přesolené, než přeslazené	176
Tetování	178