

Obsah

Úvod	11
1 Klička v srdci	19
<i>Jak naše srdce vzniká, jaká je jeho stavba a jak fungují jeho transportní cesty</i>	
Nejdelší divadelní kus na světě	21
Poker srdečních chlopní	30
Dálnice těla	36
2 Ucpání kardiálních tepen	43
<i>Vše o srdečním infarktu a o tom, jak vzniká</i>	
Poprvé	45
Lod' se kymácí	53
3 Ruská ruleta se srdcem	59
<i>Vše o tom, jak kouření a alkohol škodí zdravému srdci</i>	
Asfaltka směr srdce	61
Pánská dvojkombinace pro srdce	67
Věštění z kávové sedliny na podlaze	70

4 Zácpa v srdci	79
<i>Vše o koronární srdeční chorobě, arterioskleróze a srdeční insuficienci</i>	
Kompletní uzávěra	81
Začíná být úzko	84
Velké srdce	90
5 Mlsat, jak si srdce žádá	97
<i>Vše o souvislosti mezi výživou a zdravým srdcem</i>	
Srdce se zbavuje tuku	99
Jezte tak, abyste byli fit	105
Měl by se velikonoční zajíček stát veganem? ...	117
Od přírody sladké	123
6 Bušení srdce se nezbavíme	133
<i>Vše o převodním srdečním systému, poruchách srdečního rytmu, reanimaci a transplantaci srdce</i>	
Pneumatické kladivo v hrudi	135
Když se dovolená změní v horor v síních	141
Přirozeně zabudovaný kardiostimulátor	147
Vidíš-li kostelní věž, hřbitov není daleko	152
Quit playing games with my heart	162
Porouchaný motor	172
7 Postelové hrátky prospívají srdci	175
<i>Vše o silném imunitním systému, spoustě sexu a o tom, jak to souvisí se srdcem</i>	
Cestou hříchu k zdravějšímu srdci	177
(Téměř) neporazitelná armáda těla	187
Drobný vpich	194
Červená karta srdci	199

8 Rytmická srdeční gymnastika	201
<i>Vše o tom, co spojuje sport, naše pilné krvinky a silné srdce</i>	
Hop, srdce, hop	203
Raketový pohon „Bojuj, nebo uteč!“	208
Vidím rudě	212
Červené krvinky ve žlutém trikotu	214
9 Bez tlaku nic nefunguje	217
<i>Vše o mechanismech krevního tlaku</i>	
Tlak v kotli	219
Láhve na palouku	223
Srdce tepe pro dva	229
10 Srdce Šípkové Růženky	233
<i>Vše o (ne)zdravém spánku, přemíře stresu, milostném trápení a srdečních vadách</i>	
Srdce nemůže usnout	235
Srdce choré láskou	239
Tictac léčí všechny rány	245
Děravé srdce	252
Závěr	257
Poděkování	261
Seznam pramenů	263