

# OBSAH

Úvod .....	6
Příběh úspěšné pacientky .....	8
1. Odhalení nepřítele .....	10
2. Strašná čísla .....	20
3. Tajemství joulů (kalorií) .....	30
4. Energetické intermezzo .....	43
5. Kdo je ohrožen nejvíce .....	51
6. Hledání viníka .....	60
7. Co dělat .....	73
8. Hvězdy na dietním nebi .....	90
9. Záležitost nikoli soukromá .....	137
10. Desatero anti-0 .....	144
11. Přehled léčby obezity .....	149
12. Obezita a hormony .....	166