

# Obsah

Předmluva . . . . .	5
<b>Jak žije a jak pracuje naše srdce . . . . .</b>	<b>9</b>
Úloha oběhové soustavy . . . . .	9
Jak vypadá a jak pracuje srdce? . . . . .	11
Svalovina srdce . . . . .	13
Srdce pracuje samočinně . . . . .	13
Vegetativní nervová soustava . . . . .	16
Co podmiňuje správnou činnost srdce? . . . . .	18
Kolik energie vyrobí srdce? . . . . .	18
Zásobování srdečního svalu kyslíkem . . . . .	19
Srdce je motor . . . . .	19
Srdce a kyselina mléčná . . . . .	20
Vitamíny a minerální látky . . . . .	22
Vegetativní nervová soustava a hospodaření kyslíkem . . . . .	23
Katecholamin může srdce i poškodit . . . . .	24
Acetylcholin srdce chrání . . . . .	25
Co je zátěž čili stres? . . . . .	27
Srdce, podvěsek mozkový a nadledviny . . . . .	29
Vnější zátěž . . . . .	30
Vnitřní zátěž . . . . .	33
Co ještě víme o zátěži? . . . . .	35
Zátěž a „jakýkoliv“ podnět . . . . .	36
Zátěž nás také chrání . . . . .	37
<b>Arterioskleróza . . . . .</b>	<b>39</b>
Jak dostává srdce kyslík? . . . . .	39
Co dělají věnčité tepny? . . . . .	40
Boční koronární oběh . . . . .	41
Jak začíná arterioskleróza . . . . .	41
Víme vůbec, co je skleróza? . . . . .	43
Arterioskleróza a průtok krve . . . . .	44
Proč? . . . . .	46
Dědičnost, nebo sklon k nemoci? . . . . .	47
Pohlaví a arterioskleróza . . . . .	48
Celková stavba těla . . . . .	48
Výživa a arterioskleróza . . . . .	49
Tělesná práce a pohyb . . . . .	52
Vitamíny a skleróza . . . . .	53
Je možná účinná prevence arteriosklerózy? . . . . .	54
<b>Koronární choroba . . . . .</b>	<b>58</b>
<b>Angina pectoris . . . . .</b>	<b>59</b>
Jak to začíná? . . . . .	59
Je každá bolest u srdce anginózní? . . . . .	61
Bolí mě občas žaludek . . . . .	62

Poškozuje se při angině pectoris srdce? . . . . .	63
Co vyvolává anginu pectoris? . . . . .	64
Námaha a angina pectoris . . . . .	64
Námaha a tělesná práce . . . . .	67
Nápětí a angina pectoris . . . . .	67
Co jsou betablokátory . . . . .	69
Plný žaludek a angina pectoris . . . . .	72
Má chlad vliv na vznik anginy pectoris? . . . . .	73
Angina pectoris varuje . . . . .	75
Je angina pectoris vyléčitelná? . . . . .	76
Nitroglycerin — výbušnina nebo lék? . . . . .	76
Je možno pít kávu? . . . . .	77
A což alkohol? . . . . .	77
Nepomohla by operace? . . . . .	77
Je možné angině pectoris předejít? . . . . .	78
Jak je to s kouřením? . . . . .	79
Sexuální vztahy a angina pectoris . . . . .	81
Nerozebírejte příliš své srdeční potíže . . . . .	81
Ochranný vliv bočního oběhu . . . . .	82
<b>Infarkt srdečního svalu . . . . .</b>	<b>87</b>
Infarkt a náhlá smrt . . . . .	87
Co je infarkt? . . . . .	88
Je infarkt jen srdeční záležitostí? . . . . .	90
Opravdu není nebezpečí? . . . . .	93
Poradíme si s trombózou? . . . . .	93
Naprostý klid? . . . . .	95
Na čem závisí hojení infarktu? . . . . .	96
Práci, ale jakou? . . . . .	98
Lze infarktu předejít? . . . . .	99
Kapitola o rehabilitaci . . . . .	102
<b>Novinky v kardiologii . . . . .</b>	<b>105</b>
<b>A nakonec trochu filozofie . . . . .</b>	<b>109</b>
<b>Doslov . . . . .</b>	<b>114</b>