
OBSAH

Slovo úvodem - - - - -	5
Popis onemocnění - - - - -	9
Co je to astma? - - - - -	9
Dýchací orgány - stavba a funkce - - - - -	11
Klinický obraz nemoci a její příznaky - - - - -	20
Příčiny a rizikové faktory - - - - -	30
Příčiny vzniku astmatu - - - - -	30
Nebezpečí jemného prachu - - - - -	38
Jak předcházet onemocnění? - - - - -	40
Vyhýbat se alergenům - - - - -	40
Správná volba povolání- - - - -	57
Tělesná aktivita je zdraví prospěšná - - - - -	59
Zdravá strava - - - - -	66
Jak poznám astma? - - - - -	72
Varovné příznaky - - - - -	72
Stanovení diagnózy- - - - -	74
Léčebný program - - - - -	84
Co dělat při astmatu? - - - - -	86
Co mohu udělat sám? - - - - -	86
Co může poskytnout medicína?- - - - -	106
Alternativní a doplňkové způsoby léčby- - - - -	126
Doprovodná onemocnění a jejich důsledky -	144

Život s astmatem - - - - -	144
Chronická bronchitida - - - - -	146
Rozedma plic (emfyzém) - - - - -	146
Pravostranná srdeční slabost - - - - -	147
Doplňující informace - - - - -	148
České internetové stránky - - - - -	148
Glosář - - - - -	149
Poznámky překladatelky - - - - -	152
Rejstřík - - - - -	155