

Obsah

Předmluva / 5

1. Úmrtnost na srdeční onemocnění v České republice / 7
 2. Rizika srdečního infarktu / 9
 3. K historii pití vína / 13
 4. První práce o vlivu pití vína na srdeční infarkt / 17
 5. Pití malého množství alkoholu snižuje rizika srdečního infarktu / 20
 6. Je některý alkoholický nápoj
v prevenci srdečního infarktu lepší než jiný? / 23
 7. Rozdíly v účincích červeného a bílého vína / 26
 8. Příznivé zdravotní účinky vína platí pro celou světovou populaci / 32
 9. Vliv mírného pití alkoholu na celkovou úmrtnost / 34
 10. Co je malá dávka alkoholu / 35
 11. Proč je optimální dávka alkoholu nižší u žen než u mužů / 38
 12. Proč se nemá pít v těhotenství a při kojení / 42
 13. Jak často pít / 44
 14. V kterou denní dobu pít / 45
 15. Pít s jídlem, nebo nezávisle na jídle / 47
 16. Kdy začít a skončit s pitím vína / 49
 17. Mechanismus působení alkoholu / 52
 18. Je dovoleno pít po prodělaném srdečním infarktu? / 56
 19. Mohou pít víno pacienti s cukrovkou? / 57
 20. Negativní vliv nadměrného a jednorázového pití na zdravotní stav / 59
 21. Pití alkoholu v České republice / 62
- Souhrn / 66