

OBSAH

KAPITOLA 1

<i>BOLEST, UŽITEČNÝ SIGNÁL</i>	15
Jak a proč cítíte bolest	16
Bolesti hlavy	18
Bolesti očí	22
Bolesti v uchu	24
Bolesti jazyka a úst	26
Bolesti v krku	28
Bolesti za krkem	30
Bolesti v zádech	32
Bolesti v rameni	35
Bolesti dolních končetin	37
Ach, mé bolestivé klouby	43
Bolesti v lokti	47
Bolesti na hrudníku a okolo srdce	48
Bolesti na hrudníku a v plicích	51
Když bolí žebra	53
Bolesti na hrudníku z nejrůznějších příčin	53
Pálení žáhy	54
Bolesti břicha, v horní, dolní, střední části	56–67
Bolesti v konečníku	68
Bolesti v tříselech	69
Bolesti varlat a penisu	70
Bolesti prsů	73
Bolestivá menstruace	75
Bolestivý sexuální styk	77
Bolesti při močení	78

KAPITOLA 2

<i>OTOKY, NÁDORKY A ZATRVRLINY</i>	80
Když se útvar zvětší, ale neroste	82
Zvětšený jazyk	83

Otoky dásní	84
Vystouplé oční bulby	85
Bulka na krku	86
Bulka v podpaží	87
Hmatný útvar v prsou	88
Zvětšení břicha, když nejste obézní ani těhotná	90
Zvětšená uzlina v tříselné krajině	93
Zvětšené varle	94
Hmatný útvar v konečníku	95
Když vám otékají nohy	96

KAPITOLA 3

<i>KREV NEMÁ BÝT ANI VIDĚT ANI SLYŠET</i>	100
Krvácení do kůže	101
Proč krvácíte z nosu	103
Krvácení do očního bělma	104
Krvácení z dásní	105
Krvácení z ucha	105
Když zvracíte nebo plivete krev	106
Krev v moči	110
Krev ve stolici	112
Abnormální krvácení z pochvy	116
Když se nedostaví menstruační krvácení	119

KAPITOLA 4

<i>HOREČKA. KDY JE VYSOKÁ?</i>	122
Jak se měří teplota?	
Když máte opravdu horečku	122
Hledání příčin	123

KAPITOLA 5

<i>ZA VŠECHNO MOHOU VAŠE NERVY</i>	128
Záchvaty	128
Slabosti a omdlávání	131
Obrna lícního nervu	135
Třes	136

Znecitlivění a mravenčení	139
Když ztratíte chuť nebo čich	141
Inkontinence	142
Když se lidé chovají podivně	145

KAPITOLA 6

PORUCHY ZRAKU 150

Stárnutí a zrak	
Skrvny, čmouhy, neostře okraje a dvojité vidění	
Když vám klesá jedno nebo obě víčka	

KAPITOLA 7

PORUCHY SLUCHU 156

Hvízdání a pískání v uších	
----------------------------	--

KAPITOLA 8

TRÁVICÍ SYSTÉM 160

Ztráta chuti k jídlu	160
Bolesti žaludku	161
Přibývat na váze bez zvláštního důvodu	164
Potíže při polykání	167
Žloutenka	170
Zácpa	173
Průjem	176

KAPITOLA 9

DÝCHACÍ ÚSTROJÍ 181

Chronický kašel	181
Dušnost	185
Chrápání	188
Když ztratíte hlas	191
Škytavka	193

KAPITOLA 10

SEXUÁLNÍ PROBLÉMY 195

Mužská impotence – Ženská frigidita	
-------------------------------------	--

Neplodnost – Infertilita 204

KAPITOLA 11

<i>KDYŽ JSOU PŘÍZNAKY JEN NA KŮŽI</i>	209
Je něco horšího než stálé svědění?	209
Začínají vám ubývat vlasy?	213
Příliš mnoho vlasů	216
Co to znamená, když se červenáte?	218
Jste opravdu bledý?	221
Nadměrné pocení	222
Co o vás prozradí vaše nehty?	224

KAPITOLA 12

<i>BUŠENÍ SRDCE, NEPRAVIDELNÁ SRDEČNÍ ČINNOST</i>	228
Jak si měřit tep?	228
Co vám řekne sledování tepu?	229
Co je normální?	229

KAPITOLA 13

<i>VYSOKÝ KREVNÍ TLAK</i>	234
Kdo je ohrožen hypertenzí?	234
Příčiny hypertenze	236

KAPITOLA 14

<i>PORUCHY SPÁNKU SPÍTE MÁLO NEBO MOC?</i>	240
Co vám pomůže, abyste neusnuli?	
Nespavost skutečná a domnělá	243
Proč jste stále tak unaveni?	246

KAPITOLA 15

<i>JAK VYPADÁ VAŠE MOČ?</i>	250
Zkoušky moče	251

KAPITOLA 16

KDYŽ MÁTE STÁLE ŽÍZEŇ 253

Příjem a výdej tekutin 253

Hledání příčin 254

KAPITOLA 17

NĚCO ZE ŽIVOTA

PROSPÍVÁ MANŽELSTVÍ ZDRAVÍ? 256

Alkohol, kdy je ho příliš? 257

Cigarety – hřebíky do rakve 261

Návyk na léky a drogy 264