

# OBSAH

---

<i>Předmluva</i>	9
<i>Úvod</i>	11

## **Část I: Odhalení** 15

<b>Kapitola 1</b>	Pravda o štítné žláze	17
<b>Kapitola 2</b>	Spouštěče viru štítné žlázy	23
<b>Kapitola 3</b>	Jak funguje virus štítné žlázy	29
<b>Kapitola 4</b>	Skutečná funkce štítné žlázy	42
<b>Kapitola 5</b>	Vysvětlení symptomů a onemocnění	46
<b>Kapitola 6</b>	Rakovina štítné žlázy	78
<b>Kapitola 7</b>	Nedokonalé krevní testy	83
<b>Kapitola 8</b>	Léky na štítnou žlázu	87

## **Část II: Velké omyly, které vám stojí v cestě** 95

<b>Kapitola 9</b>	Most k lepšímu zdraví	97
<b>Kapitola 10</b>	Velký omyl 1: Autoimunita	103
<b>Kapitola 11</b>	Velký omyl 2: Záhadné nemoci	106
<b>Kapitola 12</b>	Velký omyl 3: Nálepky jako odpověď	107
<b>Kapitola 13</b>	Velký omyl 4: Zánět jako příčina	109
<b>Kapitola 14</b>	Velký omyl 5: Mýtus o metabolismu	111
<b>Kapitola 15</b>	Velký omyl 6: Na vině jsou geny	114
<b>Kapitola 16</b>	Velký omyl 7: Ignorování Nemilosrdné čtveřice	117
<b>Kapitola 17</b>	Velký omyl 8: Vše máte v hlavě	119
<b>Kapitola 18</b>	Velký omyl 9: Nemoc jste si způsobili sami	121

---

### **Část III: Obnovení funkce štítné žlázy** 125

<b>Kapitola 19</b>	Čas na regeneraci těla	127
<b>Kapitola 20</b>	Život bez štítné žlázy	129
<b>Kapitola 21</b>	Mylné názory a čemu se vyhýbat	131
<b>Kapitola 22</b>	Léčivé potraviny, byliny a doplňky stravy	139
<b>Kapitola 23</b>	Devadesátidenní léčebné pročistění	150
<b>Kapitola 24</b>	Léčivé recepty	159
<b>Kapitola 25</b>	Léčebné techniky	223
<b>Kapitola 26</b>	Konečně vyléčená – příběh jedné ženy	227

### **Část IV: Tajemství spánku** 231

<b>Kapitola 27</b>	Nespavost a štítná žláza	233
<b>Kapitola 28</b>	Zdroj spánku	235
<b>Kapitola 29</b>	Druhy spánkových poruch	238
<b>Kapitola 30</b>	Léčba spánkových poruch	245
<b>Kapitola 31</b>	Proč jsou zlé sny prospěšné	250

<i>Doslov: Zlato vaší duše</i>	252
<i>Poznámky</i>	253
<i>Rejstřík</i>	254
<i>Poděkování</i>	268
<i>O autorovi</i>	271