

Máte rádi nevyžádané rady?	8
Vyhrát milion!	9
Proč bych zrovna já měl dostat cukrovku?	11
Dějiny životního stylu člověka	15
Co ohrožovalo člověka v minulých stoletích	18
Co ohrožuje člověka dnes?	18
Civilizační choroby	19
V čem je výjimečná tato kniha?	21
Co je to vůbec cukrovka?	23
Epidemiologie neboli častost onemocnění	24
Jaký je osud cukru v organismu?	26
Vliv hormonů na metabolismus cukru	30
Jak vzniká přebytek cukru v krvi?	33
Co nás řídí při jídle?	38
Dva typy cukrovky	40
Jaký je účinek inzulínu?	46
Co je to inzulínová rezistence?	51
Co je to rozštěpení účinku inzulínu?	54
Jaké je riziko ze zvýšeného působení inzulínu?	56
Vznik a vývoj onemocnění	62
Postižení orgánů při cukrovce	66
Jak poznám, že začínám být diabetikem?	74
Laboratorně prokázané odchylky	75
Vliv dědičnosti na vznik cukrovky	77
O drogách	80
Jak vypadá obvyklý den diabetika?	85
Jak vypadá obvyklý diabetik druhého typu?	86
Doktor Hrubý a ostatní lékaři	88
Souhrn příčin DM 2	91
Současná léčba – správný postup	96
Současná léčba typu „z pod okapu do deště“	98
Jaké jsou možnosti léčby cukrovky v budoucnosti?	100
Jak poznám, že dodržuji správný diabetický režim?	104
Závěr	106