

# Obsah

<b>Poděkování</b>	<b>7</b>
<b>I Úvod</b>	<b>9</b>
Slovo úvodem	10
Crohnova nemoc – co je to?	12
Crohnova nemoc – můj příběh	14
<b>II Kortizon nebo mrkvová polévka?</b>	
<b>Mrkvová polévka nadevše!</b>	<b>21</b>
Účinky mrkvové polévky	26
<b>III Co byste měli jíst a co ne</b>	<b>29</b>
<b>IV Boswellia serrata: 3000 let moudrosti z Dálného Východu nebo 40 let tradiční medicíny?</b>	<b>31</b>
Odborné studie	35
<b>V Probiotika: Zdraví ve stolici vojáka</b>	<b>43</b>
Odborné studie	47
<b>VI Vitamin D: Čím více, tím lépe!</b>	<b>54</b>
Odborné studie	58
<b>VII Boj s radikály: Pomocí glutaminu a vitaminů</b>	<b>66</b>
Odborné studie	69
<b>VIII Omega-3 mastné kyseliny: Malinová zmrzlina ke snídani</b>	<b>72</b>
Odborné studie	75

<b>IX</b>	<b>Nemoci kůže doprovázející Crohnovu nemoc: Turboléčba vitamíny B a jodidem draselným</b>	<b>85</b>
	Odborné studie	94
<b>X</b>	<b>DHEA: Mnohem více než jen anti-aging</b>	<b>98</b>
	Odborné studie	101
<b>XI</b>	<b>Dimethylsulfoxid: Naděje s příchutí česneku</b>	<b>104</b>
	Odborné studie	107
<b>XII</b>	<b>Další důležité látky v boji s Crohnovou nemocí</b>	<b>111</b>
<b>XIII</b>	<b>Dr. Klante – Terapie 2.0</b>	<b>114</b>
	<b>Závěr</b>	<b>120</b>
	Seznam literatury	122
	Rejstřík pojmů	131