

Obsah

Pozor na ústa! | strana 4

Každé črevo potrebuje **system** | strana 16

Komplex, ktorý je naozaj **užitočný** | strana 32

Hlien nad zlato | strana 41

Črevná mikrobiota - nový **vesmír** nášho vesmíru | strana 36

Mykobiota - stará známa v **úúplne novej úlohe!** | strana 73

Žlč - saponát a **hormóny!** | strana 78

Komunikácia nahlas aj **potichu** | strana 87

Eozinofily dokážu narobiť problémy! | strana 93

Káva - čudo-judo pre črevo? | strana 101

Pálenie záhy - naozaj **vždy veľa** kyseliny? | strana 107

Hiátová hernia - tu nejde o platničky | strana 115

Vyžeňte zo mňa toho **Helicobacteria!** | strana 117

Vredová choroba žalúdka a dvanástnika - škrabance a diery v kyslej tme | strana 122

Gastritída chronická | strana 127

Laktózová intolerancia - nie je alergia | strana 131

Histamínová intolerancia ako „odkladacia diagnóza“ | strana 139

Ja vraj mám to **SIBO** | strana 142

Syndróm **presakujúceho čreva** | strana 158

Celiakia - konflikt s lepkom | strana 166

Stukovatená pečeň - zachráň sa, kto musíš! | strana 178

Hepatoprotektívna kúra - keď pečeň potrebuje „kúpele“ | strana 188

Žlčové kamene nenoste ani na krku | strana 193

Pankreatitída chronická - zachráň sa, kto môžeš! | strana 199

Zápal slepého čreva - chyba na chybu! | strana 208

Meteorizmus a flatulencia - nepozvaná spoločnosť | strana 210

Zápcha - keď trúbenie nepomáha | strana 216

Dráždivé črevo - syndróm dnešnej doby | strana 226

Divertikulóza a divertikulitída - konečne máme vinníka | strana 235

Crohnova choroba - nech nie je aj vaša! | strana 244

Ulcerózna kolitída - zákerný votrelec v hrubom čreve | strana 252

Hemoroidy - dolná zloba zhora! | strana 255

Rakovina hrubého čreva a konečníka | strana 262

Rádioterapia - pomáha aj ničí | strana 268

Táto kapitola - nech je vám navždy zbytočná! | strana 271