

OBSAH

Proč duševní hygiena (J. Doležal)	5
Obecné otázky hygieny duševního života	41
Vývoj duševní hygieny (E. Syřišťová, S. Hermochová, J. Stuchlík)	41
Fyziologické základy duševní hygieny (Z. Servít)	54
Vědecký světový názor a duševní hygiena (J. Cvekl)	63
Duševní hygiena a etika (P. Mohapl)	78
Duševní hygiena a umění (P. Maydl)	83
Obecné zákonitosti duševního zdraví (Vl. Tardy)	102
Duševní hygiena ve výchově	115
Rodinná výchova (A. Jurovský)	115
Školská praxe (J. Marko)	127
Duševní hygiena a vztahy lidí v kolektivu (F. Hyhlík)	139
Zlozvyky (V. Bokorová)	151
Duševní hygiena v denním životě	165
Výživa (J. Lát, St. Hejda)	165
Bydlení (S. Hermochová)	183
Láska, manželství a rodinný život (D. Kováč – E. Mar- tinčíková)	203
Psychohygienické otázky stárnutí (V. Příhoda)	237
Práce a odpočinek	252
Organizace duševní práce (F. Engelsmann)	252
Únava a přetížení (V. Bokorová)	265
Význam a zásady správného odpočinku (J. Lang- meier — M. Severová)	277
Tělesná cvičení, sport a turistika (M. Vaněk)	294
Autogenní trénink (J. Hoskovec, J. Karpíšek, K. Obrda)	311
Psychologická autoregulace jako nástroj duševní hy- gieny (M. Machač)	319
Prevence psychických poruch	348
Prevence psychických poruch v podmínkách socialis- tického zdravotnictví (J. Prokůpek)	348
Psychotraumatizující situace denního života (L. Šváb)	360
Neurózy a duševní zdraví (F. Knobloch)	380
Prevence neuróz u dětí (L. Kubička)	393

Prevence psychopatických stavů (J. Langmeier)	411
Mentální hygiena a psychózy (L. Hanzlíček, E. Sy- řišťová)	424
Prevence alkoholismu (J. Skála, M. Otterová)	439
Kouření (J. Šrámková, J. Doležal)	454
Duševní zdraví a psychofarmaka (O. Vinař)	466
Prevence psychogenních vnitřních nemocí	478
Duševní hygiena a vnitřní nemoci (E. Horáčková, J. Doležal)	478
Podíl psychických faktorů na vzniku poruch trávicího ústrojí (J. Mašek)	486
Podíl psychických faktorů na vzniku hypertenze a cévních příhod (Z. Hejl, J. Jirka)	494
Prevence endokrinních poruch (J. Charvát)	502
Encyklopedické heslo: Hygiena duševního života (J. Do- ležal)	517
Rejstřík	523