

---

## OBSAH

Obsah . . . . . 5

Úvod (*J. Šulc*) . . . . . 7

### Kapitola 1.

Potřeby a strádání (*J. Šulc*) . . . . . 9

### Kapitola 2.

Atmosférické vlivy . . . . . 13

2.1 Změny tlaku (*J. Dvořák*) . . . . . 13

2.2 Nedostatek kyslíku (*J. Dvořák*) . . . . . 20

2.3 Ohrožení dýchacími a inertními plyny (*J. Šulc*) . . . . . 33

2.4 Ionizující záření (*J. Dvořák, J. Šulc*) . . . . . 48

### Kapitola 3.

Gravitační vlivy . . . . . 57

3.1 Přetížení (*J. Šulc*) . . . . . 57

3.2 Beztíží (*J. Dvořák*) . . . . . 73

#### Kapitola 4.

<b>Tepelné vlivy</b> . . . . .	83
4.1 Chlad ( <i>J. Dvořák</i> ) . . . . .	83
4.2 Horko ( <i>J. Dvořák</i> ) . . . . .	91

#### Kapitola 5.

<b>Strádání v základních potřebách</b> . . . . .	99
5.1 Žízeň ( <i>J. Dvořák</i> ) . . . . .	99
5.2 Hladovění ( <i>J. Dvořák</i> ) . . . . .	106
5.3 Nedostatek odpočinku ( <i>J. Dvořák</i> ) . . . . .	111
5.4 Člověk a moře ( <i>J. Šulc</i> ) . . . . .	118

#### Kapitola 6.

<b>Deprivace</b> . . . . .	132
6.1 Spánková deprivace ( <i>J. Šulc</i> ) . . . . .	132
6.2 Senzorická deprivace ( <i>J. Šulc</i> ) . . . . .	137
6.3 Sociální deprivace ( <i>J. Šulc</i> ) . . . . .	142

#### Kapitola 7.

<b>Člověk na pokraji svých sil</b> . . . . .	154
7.1 Zásah slova do lidské psychiky ( <i>J. Šulc</i> ) . . . . .	154
7.2 Stárnutí a smrt ( <i>J. Dvořák</i> ) . . . . .	165
7.3 Sebevraždy ( <i>M. Morávek</i> ) . . . . .	172
<b>Slovníček odborných termínů</b> . . . . .	181
<b>Literatura</b> . . . . .	182