

## Obsah

<b>1. Úvodem</b> .....	8
1.1 Všechno má svou historii, i nemoce a ledviny .....	9
1.2 Nejprve pár slov o lidském těle .....	13
1.3 Co dělají ve zdravém těle ledviny .....	15
<b>2. Onemocnění ledvin</b> .....	20
2.1 Stanovení diagnózy .....	20
2.2 Jak vzniká zánět ledvin .....	21
2.3 Pyelonefritis .....	21
2.4 Glomerulonefritis .....	23
2.5 Pravidla životosprávy .....	24
2.5.1 Pyelonefritis .....	24
2.5.2 Glomerulonefritis .....	27
2.5.3 Životospráva pro všechna onemocnění zánětlivého typu .....	29
2.6 Umělá ledvina (hemodialýza) .....	31
2.7 Transplantace .....	32
2.8 Cysty ledvin .....	33
2.9 Jediná (solitární) ledvina .....	34
2.10 Podkovovitá ledvina (ren arcuatus) .....	34
<b>3. Kameny ledvin a močových cest</b> .....	36
3.1 Obecné informace .....	36
3.2 Vznik ledvinového kamene .....	40
3.3 Životospráva nemocných s ledvinovými kameny .....	41
3.3.1 Všeobecná pravidla životosprávy .....	41
3.3.2 Životospráva dle druhu kamene .....	43
3.4 Konzervativní léčba kamenů .....	44
3.5 Jiné způsoby léčby kamenů .....	46
3.6 Co dělat při ledvinné kolice .....	47

<b>4. Kapitola pro ženy</b> .....	51
4.1 Těhotenství a ledviny .....	51
4.2 Těhotenství a močové kameny .....	52
4.3 Těhotenství a močení .....	52
4.4 Těhotenství a jediná (solitární) ledvina .....	53
4.5 Zánět močového měchýře .....	53
4.6 Neudržení moče - inkontinence .....	55
<b>5. Kapitola pro muže. Prostata a její postižení</b> .....	58
5.1 Základní informace o prostatě .....	58
5.1.1 Jakou úlohu má v těle prostata .....	60
5.1.2 Dá se zabránit onemocnění prostaty? .....	62
5.2 Prudký zánět prostaty .....	63
5.3 Vleklý zánět prostaty - obecné informace .....	64
5.3.1 Jak vzniká vleklý zánět prostaty .....	67
5.3.2 Co má vliv na udržování zánětu .....	69
5.3.3 Stanovení diagnózy vleklého zánětu .....	69
5.3.4 Léčení vleklého zánětu prostaty .....	70
5.3.5 Vleklý zánět prostaty a vznik rakoviny .....	71
5.3.6 Lázeňská léčba vleklého zánětu prostaty .....	71
5.4 Zvětšení prostaty (Benigní hyperplazie prostaty = BHP) ..	72
5.4.1 Jak vzniká zvětšení prostaty .....	75
5.4.2 Jak se projevuje BHP .....	76
5.4.3 Jak se zjistí, že jde o zvětšení prostaty .....	81
5.4.4 Jak je to s pohlavním životem u BHP .....	83
5.4.5 Základní pravidla životosprávy u BHP .....	84
5.4.6 Jak se léčí BHP - obecně .....	84
5.4.7 Konzervativní léčba BHP .....	85
5.4.8 Operační léčba BHP .....	88
5.4.9 Co po operaci? .....	92
5.4.10 Jak je to s dědičností BHP .....	94
5.4.11 Rady pro muže, kteří se blíží k padesátce ..	95
5.5 Atrofie prostaty. Skleróza hrdla močového měchýře .....	95
5.6 Rakovina prostaty .....	96
5.6.1 O rakovině obecně .....	96
5.6.2 O rakovině prostaty speciálně .....	98
5.6.3 Jak vzniká rakovina prostaty .....	98
5.6.4 Jaké potíže vyvolává .....	99
5.6.5 Dá se úspěšně léčit? .....	100

5.6.6 Základní pravidla životosprávy u rakoviny prostaty . . . . .	102
5.6.7 Souhrn kapitoly . . . . .	104
5.7 Cvičení u nemocí prostaty . . . . .	104
<b>6. Onemocnění mužských pohlavních orgánů . . . . .</b>	<b>106</b>
6.1 Fimóza (kukla, zúžení předkožkového vaku) . . . . .	106
6.2 Nesestouplé varle (retence varlete, kryptorchismus) . . . . .	107
6.3 Zánět varlete a nadvarlete . . . . .	109
6.4 Vodní kýla (hydrokéla) . . . . .	110
6.5 Plastická indurace penisu . . . . .	111
<b>7. Dodatky . . . . .</b>	<b>112</b>
7.1 Laboratorní vyšetření - normální hodnoty . . . . .	112
7.2 Byliny nejčastěji užívané k výrobě léčivých čajů . . . . .	113
7.3 Slovníček odborných výrazů užitých v publikaci . . . . .	114
7.4 Závěrečné slovo autora . . . . .	115