

Obsah

Předmluva	11
[1] Úvod	15
Špatná nálada způsobená imunitním systémem.....	15
Imunologie – výpůjčka u „vnitřního lékaře“	16
CFS a vnitřní programovací chyba	17
Cesta k svépomoci	18
[2] Imunitní systém a únava	20
Náhle jsem začala nezadržitelně zívat	20
Febricula aneb „chřipka yuppies“: CFS v toku dějin ..	22
Dagmar T. (17) – z neposedné holčičky atraktivní mladá žena	25
„Hyperkinetické děti“ a jiné chybné diagnózy	26
Chronická únava a chronický únavový syndrom	28
Karolina B. (34) – mladá matka a „vymyšlené bolesti zad“	32
[3] Stavební kameny imunitního systému	35
Obranný systém v akci	36
Antitělíska – zázračná zbraň	40
Brzlík	40
Lymfatické uzliny – filtry choroboplodných zárodků	42
Řeč imunitního systému	42
[4] Klinický obraz CFS	46
Když orchestr neladí	46
„Únava“	47
„Tělesné příznaky“	48
„Duševní příznaky“	50
„Zvířata mě hryžou v hlavě“	51

Christina B. (28) – lékařka a její trnitá cesta ke správné diagnóze	52
[5] Řešení tajenky – vykolejení imunitního systému ...	56
„Střílet kanónem na vrabce“	56
Viry – praví znalci imunitního systému	57
Uživatelé – bakterie a plísně	61
Bývalý vnější nepřítel jako časovaná bomba	62
Choroby způsobené životním prostředím	64
Chemikálie a těžké kovy v životním prostředí	65
Impregnační látky na dřevo – odhalení původci „AIDS ze zkumavky“	65
Další chemikálie	68
Léky – nejen strážci zdraví	74
Stres – tlumič imunitního systému	76
CFS, AIDS a dárcovství krve	80
[6] Následná onemocnění	82
Chronicky se opakující infekce	84
Nemoci „bez zjevné příčiny“	84
Autoimunní onemocnění	85
Monika K. (36) – vyléčena z „nevléčitelné roztroušené sklerózy“	88
Nádorová onemocnění	89
Sabina W. (42) – infekce a její osudově chybná lčba	90
[7] Úspěch správné diagnózy	93
Andrea P. (46) – od pokusu o sebevraždu ke šťastnému manželství	93
Na stopě chybě ve vlastním „počítači“	96
Naslouchejme dialogu buněk	97
Bettina S. (37) – oceňovaná jako nervově nemocná nebo simulantka	104

[8] Terapie CFS	107
Imunomodulace	111
Terapie zaměřená na původce	112
Adjuvantní terapie	113
Opatrně s autoterapií	114
Život pacienta trpícího CFS – nemoc jako šance	115
[9] Silný imunitní systém – nejlepší životní pojistka .	117
Imunitní systém je třeba šetřit	117
Vnitřní očista	120
Žijte v „optimálním rozsahu otáček“	122
Vystopujte osobní slabiny	123
Optimální výživa	124
Dobře fungující imunitní systém se vytváří již v děloze	138
Aby k imunodefektu nedošlo již v kolébce	142
Marcus S. (8) – astmatické dítě uzdraveno imunoterapií	143
Imunitní systém, věk a sport	145
[10] Co je vlastně nemoc?	147
Pouhé užívání tablet nepomáhá	147
Školní medicína, přírodní léčitelství a nemoc	148
Závada ve zpravodajské burze organismu	149
Výstražná kontrolka zhasne sama od sebe	150
Psychoneuroimunologie	153
Jednota těla a duše	154
[11] Rada a pomoc	156