

OBSAH

Mechanismus účinku látek znečišťujících ovzduší	66
Limity škodlivin v ovzduší	70
Biologické účinky některých škodlivin v ovzduší	72
Zdravotní katastrofy	76
Vliv chronického znečištění ovzduší	78
Přirozená a umělá radioaktivita vzduchu	80
Atmosférická elektřina	86
Mimozemské vlivy a magnetická a elektromagnetická pole	91
METEOROTROPNÍ CHOROBY	99
Vnímavost člověka na počasí	99
Meteorotropní choroba	101
Mechanismy působení počasí	102
Individuální reaktivita organismu na počasí	103
Biotropní účinek počasí	106
Meteorotropismus některých vybraných chorob	113
Medicínsko-meteorologická předpověď	121
PREVENCE METEOROTROPNÍCH REAKCÍ	129
Význam pobytu v přírodě	130
Otužování organismu	131
Otužování vzduchem	135
Otužování vodou	136
Otužování sluncem	140
Dovolená z hlediska bioklimatologie	141
FYZIOLOGICKÉ A PATOLOGICKÉ ÚČINKY KLIMATU	151
Adaptační děje	151
Problematika biologických účinků klimatu	154
Vliv klimatu na vývoj člověka	156
Účinky specifických druhů klimatu	158
Středohorské podnebí	158
Vysokohorské podnebí	161
Přímořské podnebí	176
Tropické podnebí	177
Polární podnebí	191
KLIMA A VÝŽIVA	199
Výživa v chladném podnebí	199
Výživa v horkém podnebí	201

KLIMA A ODĚV	209
Oděv v chladném klimatu	214
Oděv v horkém klimatu	214
LÉČBA PŘIROZENÝM KLIMATEM	217
Pojem klimatoterapie	217
Požadavky na bioklima lázeňského místa	220
Klima lázní	220
Ovzduší lázní	224
Krajina a lázně	226
Klasifikace klimatických léčebných míst	227
Způsob účinku klimatických faktorů při klimatoterapii	231
Metodika klimatoterapie	233
Aeroterapie	234
Helioterapie	235
Speleoterapie	241
Thalassoterapie	242
Klimatoterapie některých onemocnění	242
LÉČBA UMĚLÝM KLIMATEM	253
Klimatické komory	253
Antialergenové komory	253
Aerosolové komory	254
Aeroiontové a elektroaerosolové komory	254
Podtlakové komory	256
Přetlakové komory	257
Biotron	260
Sauna	261
SOUČASNOST A PERSPEKTIVA BIOKLIMATOLOGIE ČLOVĚKA	265
DOPORUČENÁ LITERATURA	275
TERMINOLOGICKÝ SLOVNÍČEK	278