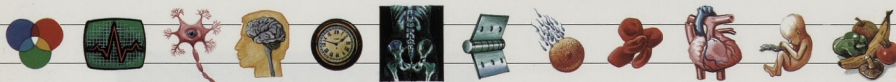


Obsah



Z anglického originálu
The Human Body Explained,
vydaného nakladatelstvím
A Marshall Edition v roce 1995,
přeložili Miloš Máček
a Jiřina Máčková.

Redigovala Alena Benešová.
Přebal navrhl
Libuše Hubičková.
Vydal Knižní klub
ve spolupráci s nakladatelstvím Práh,
v Praze roku 1997
jako svou 447. publikaci.
Odpovědná redaktorka
Alena Jakoubková.
Počet stran 192.
Sazba Bohumil Bednář, Pisces, Praha.
Tisk New Interlitho Italia S.P.A.,
Milano, Itálie.
Vydání první.

Copyright © by 1995 Marshall Editions
Developments Limited

Translation © Miloš Máček
a Jiřina Máčková, 1997

ISBN 80-7176-461-2 (Knižní klub, Praha)
ISBN 80-8809-58-3 (Práh, Praha)
Orig. ISBN 0-8050-3752-7
(A Marshall Edition, Londýn)

Městská knihovna
knih. 81 odd. 1

P 5985

() ex.: 53



Předmluva 7

Úvod 8

Opora a pohyb

Úvod 11

Uchovat si podobu 12

Kostra nese zátěž 14

Kost je živý orgán 16

Spojení kostí 18

Co nás drží pohromadě 20

Jak vzniká pohyb 22

Jemné pohyby 24

Svaly v činnosti 26

Srdce je zvláštní sval 28

Hladké svaly 30

Vnímání a kontrola

Úvod 33

Teplná rovnováha 34

Řídící systémy 36

Chemická kontrola 38

Hormony nás mění 40

Klíčové chemické látky 42

Nervová síť 44

Signály všemi směry 46

Automatický pilot 48

Vzhůru do boje 50

Hranice smyslového vnímání

52

Jak vidíme svět 54

Oko – biologická kamera 56

Vidět znamená věřit 58

Hlasitě a zřetelně 60

Přijímač zvuku 62

Je to vůně nebo zápach? 64

Dobrou chuť 66

Hmat 68

Šestý smysl – rovnováha 70

Myslet 72

Vědomí sebe sama 74

Mozková aktivita 76

Pamatovat si 78

Jak být šikovný 80

Rozhodnout se 82

Pocity a nálady 84

Duch nad hmotou 86

Předcházející strana

*(ve směru hodinových ručiček shora):
červená krevinka, část krve zásobující tělo; řetězec
aminokyselin tvoří bílkoviny pro stavbu těla;
koryš je po celý svůj život uzavřen ve schránce,
která dává jeho tělu tvar; měkká chrupavka – živý
podklad nosu; glukóza – součást toho, co jste
i toho, co jíte.*

Na následující dvojstraně

*(ve směru hodinových ručiček shora):
všichni veslaři zabírají současně – stejně jako
všechna vlákna srdečního svalu; i když spíme, je
mozek aktivní a pracuje; při hrzení může se ucedit
do pohybu celý hybný systém; v artériích a žilách
koluje krev.*



Energie

- Úvod 89
- Koloběh energie 90
- Jak rychle uvolníme energii 92
- Palivo pro naše tělo 94
- Jsi tím, co jíš 96
- Polykání je složité 98
- Trávení a zažívání 100
- Enzymy: chemické nože 102
- Vstřebávání živin 104
- Zásobárna energie 106
- Zhluboka dýchat 108
- Výměna plynů 110
- Buňka a energie 112
- Jak buňky pracují 114

Krevní oběh, obnova a obrana

- Úvod 117
- Transportní systémy 118
- Živá pumpa 120
- Vývoj srdce 122
- Tepny a žíly 124
- Složení krve 126
- Promývání těla 128
- Co s odpadem? 130
- Vodní rovnováha 132
- Uvnitř ledvin 134
- Rovnováha v systému 136
- Neustálá náhrada 138
- Oprava poruch 140
- Zevní obrana 142
- Zahnat útočníky 144
- Strážci imunity 146
- Pomocníci a zabijáci 148
- Podle sebe poznám tebe 150

Reprodukce a vývoj

- Úvod 153
- Od kolébky do hrobu 154
- V rodině 156
- Řeč života – dědičnost 158
- Základní články 160
- Výhoda pohlavního rozmnožování 162
- Životní cykly 164
- Oplodnění 166
- První měsíc 168
- Růst je programován 170
- Čekáme dítě 172
- Narodit se 174
- Novorozenec 176
- Dítě roste 178
- Pohlavní zrání 180
- Aktivní stáří 182
- Člověk budoucnosti 184

Doporučení další literatury 186

- Krevní tlak 186
- Test na určení PH 186
- Míry 186
- Rejstřík 187
- Poděkování 192