

Obsah

- Úvod 5
1. Základní informace o antioxidantech 9
 2. Antioxidanty pro zdravé srdce 35
 3. Antioxidanty a prevence rakoviny 47
 4. S antioxidanty zůstanete mladí 57
 5. Jak užívat antioxidanty 71
- Závěr 91
- Slovníček 93