

Obsah

Předmluva	...7
O podstatě cukrovky	...9
Sacharidy	...10
Fyziologie látkové výměny sacharidů	...11
Porucha látkové výměny sacharidů při cukrovce	...12
Příčina cukrovky	...13
Symptomatické ulevující léčení nebo léčení příčin?	...13
Cukrovka je civilizační choroba podmíněna výživou	...14
Role vitamínu B 1	...16
Kombinace výtažků mouky a továrního cukru je obzvlášť nebezpečná	...18
Vznik cukrovky potřebuje desetiletí	...19
Současný výskyt diabetu s jinými chorobami podmíněnými výživou	...21
Způsob vzniku cukrovky	...22
Symptomy nemoci diabetu	...27
Léčení diabetu	...31
Různé stupně závažnosti diabetu	...31
Lehké formy diabetu	...31
Středně těžký stupeň diabetu	...40
Těžký stupeň diabetu	...42

Komentář k výměnným tabulkám pro jednotku chleba	...43
Stav hypoglykemie	...44
Rostlinné bílkoviny jsou neškodné a postačující	...48
Dávkování inzulínu	...50
Diabetes mladistvých	...51
Vyléčení není možné	...54
Léčení prostředky snižujícími krevní cukr	...55
Dodatkové léčebné metody	...55
Tělesný pohyb je nutný	...57
Kouření je škodlivé	...58
Také psychika ovlivňuje látkovou výměnu	...58
Náhrada za tovární cukr	...59
Med	...60
Akutní situace naléhavého případu	...61
Souhrn podstatných pokynů pro výživu	...61
Recepty pro diabetiky	...63
Všeobecné pokyny	...64
čerstvá žitná kaše	...65
Polední a večerní saláty k dosycení	...67
Teplá jídla	...74
Seznam literatury	...89