

## OBSAH

PŘEDMLUVA ... 9

ÚVOD ... 12

NEMOCNÝ PODLE DEFINICE – JAK SE ZE ZDRAVÝCH  
DĚLAJÍ NEMOCNÍ ... 15

Šup s vámi do roury ... 15

Může toho být o trochu víc? Nadváha jako nemoc ... 20

Cholesterolová lež aneb Proč můžete jíst tolik vajec,  
kolik jen chcete ... 26

Hodnota, která si zaslouží pozornost: vysoký krevní tlak ... 37

Osteoporóza – je to nemoc? ... 40

Jste skutečně ještě normální? ... 42

JEŠTĚ VÍCE ŠPINAVÝCH TRIKŮ  
FARMACEUTICKÉHO PRŮMYSLU ... 49

Úspěšný obchodní model: vynalézání nemocí ... 49

Od léku k módní droze ... 51

A kde je viagra pro ženy? ... 54

Nenechte ze sebe udělat maroda! ... 57

O CHYBNÝCH DIAGNÓZÁCH, ZANEDBÁNÍ POVINNÉ  
PÉČE A NESMYSLNÉ LÉČBĚ ... 59

Jenom ne do nemocnice! ... 60

Když chybí peníze, musí se prostě více operovat ... 61

ÚSKALÍ „VČASNÉHO ODHALENÍ NEMOCI“ ... 67

Screening rakoviny prsu: kouzlení s čísly ... 69

INDIVIDUÁLNÍ ZDRAVOTNÍ PÉČE IGEL – OBCHOD  
S DOBROVOLNOU PREVENČÍ ... 72

Od pomocníka k prodavači ... 72

Užitečný? Zbytečný? Nebezpečný? ... 75

Vyšetření ultrazvukem a včasné odhalení rakoviny prsu ... 78

Vyšetření vaječníků ultrazvukem pro včasné  
odhalení rakoviny ... 79  
Screening glaukomu ... 80  
PSA-test k včasnému odhalení rakoviny prostaty ... 83  
Co to všechno pro mne znamená? ... 86

LÉK MŮJ VEZDEJŠÍ DEJ MI DNES ... 87  
Každý rok vymře na nežádoucí příhody kvůli lékům  
menší město ... 90  
Důvěřujete svému praktickému lékaři? ... 93  
Tma na konci tunelu ... 95  
Díky softwaru na předepisování léčiv bezpečněji  
a levněji ... 97  
Proč vlastně lékaři tolik chybují? ... 98

NEDOSTATEČNÁ HYGIENA ANEB PROČ OPRAVDU  
ONEMOCNÍME AŽ V NEMOCNICI ... 101  
Většina bakterií nám je příznivě nakloněna ... 102  
Antibiotika – kdysi zázračný prostředek, brzy  
totální propadák? ... 103  
Tak vzniká rezistence vůči antibiotikům ... 106  
Výkrm jatečných zvířat vede k rezistenci  
vůči antibiotikům ... 114  
Vůči antibiotikům odolné bakterie v pitné vodě ... 116  
Kdo nese zodpovědnost? ... 118

JEDENÁCT NEJDŮLEŽITĚJŠÍCH RAD: JAK ZŮSTAT  
ZDRAVÝ A NAŽIVU I NAVZDORY DOKTOROVI ... 121  
Můj lékař mi nenaslouchá ... 121  
Můj lékař nechce o alternativních terapiích nic slyšet ... 122  
Co mám dělat při zvýšené hladině cholesterolu? ... 122  
Můj lékař říká, že mám vysoký krevní tlak. Co mám  
dělat? ... 122  
Můj lékař říká, že mám osteoporózu ... 123  
Můj lékař se ptá, zda mám zájem o dobrovolnou prevenci ... 123  
Můj lékař říká, že bych měl jít na operaci ... 123

Můj lékař mi chce předepsat nový lék ...	124
Můj lékař mi chce předepsat antibiotikum ...	125
Můj lékař mě chce poslat na CT ...	125
Co mám dělat, když můj lékař zanedbal povinnou péči? ...	125
DOSLOV A PODĚKOVÁNÍ ...	127