

Obsah

Slovo úvodem	4
1. Obecné poznámky k tématu	5
2. Fyziologie příjmu potravy	9
3. Fyziologie čichu a chuti	12
4. Fyziologie zažívacího ústrojí a gastrointestinálního traktu	15
5. Funkce jater	27
6. Vnitřní prostředí	30
7. Metabolismus (přeměna látek)	36
7.1 Základní a celková přeměna látek	36
7.2 Sacharidy	42
7.3 Lipidy (tuky)	46
7.4 Proteiny (bílkoviny)	56
7.5 Řídící procesy metabolismu (přeměny látek)	60
8. Vitaminy	64
8.1 Vitaminy rozpustné v tucích	64
8.2 Vitaminy rozpustné ve vodě	68
9. Voda, minerály, stopové prvky	75
9.1 Voda	75
9.2 Minerály a stopové prvky	78
10. Dodatky a specifika	87
10.1 Vlákna	87
10.2 Tuková tkáň	89
10.3 Výživa a stav imunity	91
10.4 Kyslíkové radikály a výživa	93
10.5 Výživa a genová exprese (epigenom)	95
Doporučená literatura	98
Anotace	99