

Obsah:

	Strana		Strana
Předmluva		2. Čidlo zraku	36
Úvod	1	O šetření zraku	38
A. <i>Tělo lidské</i>	2	3. Čidlo sluchu	40
I. Soustava kostí.		O šetření ústrojí slu- chového	42
Lebka	3	4. Čidlo čichu	43
Trup	4	O šetření ústroje čichu .	44
Kosti okončin	5	5. Čidlo chuti	45
Vlastnosti kostí	6	O šetření čidla chuti . .	46
O šetření soustavy kostí	7	Všeobecná pravidla o še- tření čidel	—
II. Soustava svalů.		VI. Soustava ústrojů dýchacích	
Ústrojnost svalů	9	O chřtánu a průdušnici	47
Činnost svalů	10	O plicích	48
O šetření soustavy svalů	13	Čeho je k náležitému dýchání zapotřebí . . .	50
III. Soustava cév.		O vzduchu	—
Součásti krve	17	O šetření ústrojů dý- chacích	52
Oběh krve	19	VII. Soustava ústrojů zaží- vacích.	
O šetření soustavy cév krevních	21	O činnosti ledvin	58
Míznice a mléčnice	22	Jak se děje zažívání po- krmů	59
IV. Soustava nervů.		O šetření ústrojů zaží- vacích	60
Činnost nervů	23	B. <i>O výživě těla lidského.</i>	
Ústrojnost nervů	24	Potrava bezdušičná a du- šičnatá	63
O mozku	25	Mnoho-li potřebuje člověk potravu	65
O míše	27	Potrava rostlinná a živo- čišná	66
O nervech uzlinových	28		
O šetření soustavy nervové	29		
O spaní	30		
V. O čidlech			
1. Čidlo hmatu	31		
O šetření kůže	33		
O vlasech	34		
O bláně slizné	36		

	Strana
Strávitelnost pokrmů	67
O správnosti v jídle a pití	68
O potravě živočišné zvlášt	69
1. Maso	—
2. Vejce	72
3. Mléko	74
4. Máslo a sýr	75
O potravě rostlinné zvlášt	
1. Mouka a chleb	77
2. Luštiny	81
3. Brambory	82
4. Zeleniny	83
5. Houby	84
6. Ovoce	85
Přísady a koření	86
O nápojích	
1. Voda	89
2. Pivo	91
3. Víno a kořalka	92
4. Káva a čaj	93
Všeobecná pravidla týka- jící se jídla a pití	95

	Strana
O oděvu	96
O obydlí	98
Pravidla zdravotní pro rozličný věk	100
Pravidla zdravotní pro všeliká povolání	104
 C. <i>O některých nemocech obecnějších.</i>	
O chování se k nemocnému	106
O chování se při někte- rých nemocech vnějších	109
O některých nemocech vnitřních	111
O mdlobách	120
Prostředky proti otrávení	121
O kříšení zdánlivě mrtvých	122
O domácích prostředcích lékařských	126
O desinfekci	128