



Obsah

Slovo úvodem	1
Lehká, nebo těžká únava?	15
Trvalé napětí	23
Deprese	32
Jaterní poruchy	35
Střevní dysbióza	42
Jedy všedního dne	54
Kvasinky ve střevu	64
Bez cukru není energie	72
Chronický únavový syndrom	75
Slovo na závěr	101