

SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE AUTORA.....	5
1. STOPNIE NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI	7
2. BADANIA DIAGNOSTYCZNE.....	8
3. PO SZPITALU.....	9
4. REHABILITACJA.....	10
5. SZCZEPIENIA.....	12
6. LEKI.....	14
7. WITAMINY	16
8. SUPLEMENTY.....	17
9. DIETA.....	19
10. PRZEWÓD POKARMOWY.....	20
11. UŻYWKI.....	22
12. ANEMIA	24
13. APETYT.....	25
14. OTYŁOŚĆ.....	27
15. CUKRZYCA.....	29
16. CHOLESTEROL	30
17. NADCIŚNIENIE.....	32
18. SERCE.....	33
19. BEZDECH.....	34
20. OMDLENIA.....	36
21. UPADKI.....	37
22. CIĘŻKIE NOGI	39
23. OSTEOPOROZA	41
24. REUMATYZM.....	42
25. BÓL.....	44
26. RUCH.....	45

27. PARKINSON.....	47
28. BEZSENNOŚĆ.....	48
29. DEPRESJA.....	49
30. ZABURZENIA PSYCHICZNE.....	51
31. ZAPOMINANIE.....	52
32. WZROK.....	54
33. SŁUCH.....	55
34. ANDROPAUZA.....	57
35. WSTYDLIWE CHOROBY.....	58
36. NOWOTWORY.....	60
37. WIOSNA.....	62
38. WIOSENNA DIETA.....	64
39. ALERGIA.....	65
40. UPAŁY.....	67
41. ODWODNIENIE.....	69
42. SKÓRA.....	72
43. OPALANIE.....	73
44. LATANIE.....	75
45. KIEROWCY.....	76
46. JESIEŃ.....	78
47. NALEWKI.....	79
48. ALKOHOL A LEKI.....	81
49. TERMOREGULACJA.....	82
50. ZIMA.....	84
51. GRYPA CZY PRZEZIĘBIENIE.....	85
52. SMOG.....	87
53. ZANIECZYSZCZENIE ŚRODOWISKA.....	89
54. MEDYCYNA PRZECIWSTARZENIOWA.....	90
55. MEDYCYNA ALTERNATYWNA.....	92