

# SPIS TREŚCI

PODZIĘKOWANIA (PIERWSZE WYDANIE) 9

PODZIĘKOWANIA (DRUGIE WYDANIE) 11

PRZEDMOWA (PIERWSZE WYDANIE) 13

SŁOWO WSTĘPNE (PIERWSZE WYDANIE) 15

WSTĘP 17

## **CZĘŚĆ I. BADANIE CHIŃSKIE**

1. STAJEMY PRZED PROBLEMEM, POTRZEBUJEMY ROZWIĄZANIA 27

2. KRÓLESTWO BIAŁKA 43

3. WYŁĄCZYĆ NOWOTWÓR 57

4. LEKCJA Z CHIN

## **CZĘŚĆ II. CHOROBY CYWILIZACYJNE**

5. ZŁAMANE SERCA 123

6. OTYŁOŚĆ 147

7. CUKRZYCA 156

8. POWSZECHNE RODZAJE RAKA: RAK PIERSI, PROSTATY I JELITA GRUBEGO 168

9. CHOROBY AUTOIMMUNOLOGICZNE 194

10. DESTRUKCJA O SZEROKIM ZASIĘGU: CHOROBY KOŚCI, NEREK, OCZU I MÓZGU 212

## **CZĘŚĆ III. PRZEWODNIK PO WŁAŚCIWYM ODŻYWIANIU**

11. DOBRZE JEŚĆ: OSIEM ZASAD ODŻYWIANIA I ZDROWIA 233

12. JAK SIĘ ODŻYWIAĆ 250

#### **CZĘŚĆ IV. CZEMU NIE SŁYSZAŁEŚ O TYM WCZEŚNIEJ**

13. CIEMNA STRONA NAUKI 265

14. NAUKOWY REDUKCJONIZM 281

15. "NAUKA" PRZEMYSŁU 301

16. CZY RZĄD JEST DLA LUDZI? 316

17. CZY JE ZDROWIE CHRONI WIELKA MEDYCYNĄ? 332

18. ŚRODOWISKO AKADEMICKIE 354

19. HISTORIA SIĘ POWTARZA 366

POSŁOWIE (DO DRUGIEGO WYDANIA) 374

DODATEK A 380

DODATEK B 382

DODATEK C 389

PRZYPISY 397

INDEKS 435