

Spis treści

Podziękowania	8
Przedmowa	10
Słowo wstępne	12
Wstęp	15
CZĘŚĆ I. BADANIE CHIŃSKIE	
1. Stajemy przed problemem, potrzebujemy rozwiązania	25
2. Królestwo białka	39
3. Wyłączyć nowotwór	53
4. Lekcja z Chin	76
CZĘŚĆ II. CHOROBY CYWILIZACYJNE	
5. Złamane serca	115
6. Otyłość	136
7. Cukrzyca	145
8. Powszechne rodzaje raka: rak piersi, prostaty i jelita grubego	155
9. Choroby autoimmunologiczne	178
10. Destrukcja o szerokim zasięgu: choroby kości, nerek, oczu i mózgu	195
CZĘŚĆ III. PRZEWODNIK PO WŁAŚCIWYM ODŻYWIANIU	
11. Dobrze jeść: osiem zasad odżywiania i zdrowia	215
12. Jak się odżywiać	229
CZĘŚĆ IV. CZEMU NIE SŁYŚZAŁEŚ O TYM WCZEŚNIEJ?	
13. Ciemna strona nauki	239
14. Naukowy redukcjonizm	255
15. „Nauka” przemysłu	273

SPIS TREŚCI

16. Czy rząd jest dla ludzi?.....	287
17. Czyje zdrowie chroni wielka medycyna?.....	300
18. Historia się powtarza	318
Dodatek A. Pytania i odpowiedzi: Wpływ białka w badaniach doświadczalnych	
na szczurach.....	326
Dodatek B. Metodologia badania chińskiego	328
Dodatek C. Związki „witaminy” D	334
Przypisy	342
Indeks.....	372