

Spis treści

O autorach.....	11
Wprowadzenie: Dwóch przyjaciół rozmawia o prostatcie.....	13
Skąd pomysł na tę książkę?	13
A może członek i jądra ukradły show prostatcie?	14
Dlaczego zainteresowała nas prostata?	15
Kiedy dwóch przyjaciół pochyła się nad prostatą.....	15
Odkrywanie prostaty.....	17
Zanim zaczniemy... PROSTA-TEST	17
Z prostatą w chowanego – gdzie ona jest?	21
Nie, nie wszystkie męskie narządy płciowe są widoczne!	21
Budowa prostaty	25

Prostata jest uzależniona!	27
UWAGA! Niebezpieczne skrzyżowanie!	29
Do czego służy prostata?	37
Niezmordowany gruczoł	37
PSA – marker prostaty	39
Łapy precz od mojej prostaty!	39
Prostata a ejakulacja	41
Prostata a przyjemność	42
Czy kobiety i dzieci nie mają prostaty?	44
Powtórka z biologii	44
Parę gramów prostaty w kobiecym świecie	45
Punkt G i prostata – wielkie tabu?	48
<i>Jak chronić prostatę</i>	53
Prostata a higieniczny tryb życia	53
Czy palenie i picie szkodzą prostacie?	53
Prostata a sport	55
Serio można „przypakować” prostatę?	59
Jakie rośliny dobrze robią na prostatę?	61
Odżywianie a zdrowie prostaty	66
Kulinarne gwiazdy	67
Niezastąpieni aktorzy drugoplanowi	72

Źli uczniowie	79
Prostata a starzenie się	82
Prostata stulatka	82
Te same problemy co u ojca lub dziadka?	83
<i>Jak kontrolować i leczyć prostata</i>	85
Kontroluj prostatę, żeby zapobiec chorobom	85
Daj palec, a... Dlaczego badanie <i>per rectum</i> ?	87
Pobranie krwi a prostata	88
Szczegółowe badania prostaty	92
USG transrektalne	92
Biopsja prostaty	92
Badanie urodynamiczne	93
Czy prostata może boleć?	94
Problemy z oddawaniem moczu a prostata	94
Kiedy sprawy się komplikują	100
Ostre zatrzymanie moczu	100
Przewlekłe zatrzymanie moczu	100
Niewydolność nerek	101
Prostata a choroby przenoszone drogą płciową i zakażenia dróg moczowych	104

Zapalenie prostaty – czy to coś poważnego?	105
Ostre zapalenie prostaty	105
Przewlekłe zapalenie prostaty	106
Co to takiego rozrost prostaty?	107
Rak prostaty – koszmar?	110
Jakie leczenie wybrać?	114
Prostatektomia.....	114
Radioterapia	116
Terapia hormonalna	117
Alternatywa: brachyterapia	117
A co potem?	118
<i>Prostata jako źródło przyjemności</i>	121
Zdrowie prostaty a sfera seksualna	122
Czy wytryski są dobre dla zdrowia (prostaty)?	122
Jaki wpływ mają na sferę seksualną schorzenia prostaty?	125
Prostata a przyjemność seksualna	131
Prostatowa kamasutra	131
Penetracja z użyciem zabawek erotycznych	135
Co na to seksuolog	137

<i>Ostatni klaps</i>	141
PROSTA-TEST - odpowiedzi	143
<i>Podziękowania</i>	147

Edward Klein i Patrick Phippsian od ponad dziesięciu lat specjalizują się w popularyzacji teorii i ideologii i prowadzą powiązany z jej działalnością start-up pod nazwą SAN FRANCISCO-SANTÉ FACTORY.

Oboj autorzy uzupełniają się pod wieloma względami. Edward to dziennikarz, który zastawał stołowe kółeczko w wielkich grupach medialnych. Patrick natomiast przeżył w szpitalu jako lekarz seksuolog. Łączy ich również gipsowa przyjaciółka.

Lubią naprawić świat przy dobrej okazji i często radzą sobie egzystencjalne pytania, od geopolityki po psychologię, a na polu różnej odmiany wyżył, zawiadując przy tym o... podskórny