

Wstęp**11****Część pierwsza****Przywitajmy się z własnym układem odpornościowym****21**

- | | | |
|---|---|----|
| 1 | Czym jest układ odpornościowy? | 23 |
| 2 | Co tu bronić? | 31 |
| 3 | Czym są nasze komórki? | 38 |
| 4 | Imperia i krainy układu odpornościowego | 49 |

Część druga**Katastrofalne zniszczenia****55**

- | | | |
|----|---|-----|
| 5 | Poznaj swoich wrogów | 57 |
| 6 | Pustynne królestwo skóry | 63 |
| 7 | Skaleczenie | 70 |
| 8 | Żołnierze wrodzonego układu odpornościowego: makrofagi i neutrofile | 77 |
| 9 | Stan zapalny: igranie z ogniem | 85 |
| 10 | Nagie, ślepe i wystraszone: skąd komórki wiedzą, gdzie iść | 91 |
| 11 | Wąchanie cegiełek życia | 98 |
| 12 | Armia niewidzialnych zabójców: układ dopełniacza | 104 |
| 13 | Komórkowy wywiad: komórka dendrytyczna | 114 |
| 14 | Superautostrady i megamiasta | 119 |
| 15 | Nadciąga superbroń | 126 |
| 16 | Największa biblioteka we wszechświecie | 130 |
| 17 | Szykowanie pyszności według przepisów receptorów | 133 |
| 18 | Morderczy uniwersytet grasicy | 138 |
| 19 | Informacja na złotym półmisku: prezentacja antygeny | 144 |
| 20 | Wzbudzenie odpowiedzi odporności nabytej: limfocyty T | 152 |

21	Fabryki broni i snajperskie karabiny: limfocyty B i przeciwciała	159
22	Taniec T i B	171
23	Przeciwciała	175

Część trzecia

Wrogie przejęcie **185**

24	Bagienne królestwo błony śluzowej	187
25	Dziwny i wyjątkowy układ odpornościowy jelit	194
26	Wirus — co to takiego?	201
27	Układ odpornościowy płuc	208
28	Grypa — „nieszkodliwy” wirus, którego należy traktować poważnie	212
29	Wojna chemiczna: Interferony, interferujcie!	221
30	Zwierciadło komórkowej duszy	234
31	Urodzeni mordercy — zabójcze limfocyty T cytotoksyczne	240
32	Urodzeni zabójcy	247
33	Jak zwalczyć infekcję wirusową	252
34	Wyłączanie układu odpornościowego	258
35	Odporność — jak nasz układ odpornościowy zapamiętuje wroga, na zawsze	261
36	Szczepionki i immunoprofilaktyka (sztuczna immunizacja)	269

Część czwarta

Bunt i wojna domowa **281**

37	Gdy nasz system odpornościowy jest za słaby: HIV i AIDS	283
38	Gdy nasz system odpornościowy jest zbyt agresywny: alergię	290
39	Pasożyty i jak nasz układ odpornościowy mógł je przegapić	297

40 Choroba autoimmunologiczna	301
41 Hipoteza higieniczna i starzy przyjaciele	310
42 Jak doładować nasz układ odpornościowy	320
43 Stres a układ odpornościowy	328
44 Nowotwór a układ odpornościowy	332
45 Pandemia koronawirusa	346

Ostatnie słowo	354
-----------------------	------------

Źródła	357
--------	-----

Podziękowania	358
---------------	-----

Indeks	360
--------	-----