

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA.....6

WSTĘP.....8

CZEŚĆ PIERWSZA

EKSPERYMENT:
60 DNI NA
CUKRZE

....10

CZEŚĆ DRUGA

NAUKA: O TYM,
JAK CUKIER MNIE
URZĄDZIŁ

....86

CZEŚĆ TRZECIA

DOBRE WIEŚCI:
O TYM, JAK
WROCILEM DO
ZDROWIA

...130

CZEŚĆ CZWARTA

PRZEPISY

....158

ZAKOŃCZENIE.....229

BIBLIOGRAFIA.....235

INDEKS.....236