

Spis treści

Prolog. Zapeklowana	7
Wprowadzenie. Pozostałe 90 procent	14
Rozdział 1. Choroby XXI wieku	34
Rozdział 2. Wszelkie choroby zaczynają się w jelitach ..	69
Rozdział 3. Kontrola umysłu	102
Rozdział 4. Samolubny mikrob	137
Rozdział 5. Wojna z zarazkami	175
Rozdział 6. Jesteśmy tym, co one jedzą	213
Rozdział 7. Od pierwszego oddechu	242
Rozdział 8. Powrót mikrobów	276
Koda. Zdrowie XXI wieku	313
Epilog. 100-procentowy człowiek	332
Źródła	338
Podziękowania	356