

Spis treści

Recenzje.....	9
Od Autora.....	15
Podziękowania, proszę przeczytać	19
Wstęp.....	23
Leczenie symptomów, a co z przyczyną?	45
Leczenie czy powodowanie jeszcze większych problemów?	53
Czy przemysł farmaceutyczny jest sprawcą złego?	57
Czy PubMed (Medline) prawdę Ci powie?	65
Układ odpornościowy	69
Witamina C - nieznane medycynie oblicze	73
• Ile witaminy C nam właściwie potrzeba?	75
• Dwufazowa natura usuwania witaminy C z organizmu	75
• Jak długo witamina C „żyje” w naszym organizmie?	76
• Tolerancja witaminy C przez układ pokarmowy	81
• Witamina C usuwa metale ciężkie	82
• Toksyczność witaminy C - mit obalony	83
• Witamina C i powstawanie kamieni nerkowych	87
• Inne skutki uboczne	89
• Farmakokinetyka witaminy C (tylko dla zainteresowanych)....	94
• Dożylnie? Ale jak?	97
• Witamina C i choroba nowotworowa	112
• Witamina C i chemioterapia	120
• Przeciwnicy ..	129
Witamina D - fakty i mity	135
• Witamina D - zapobieganie chorobom przewlekłym i nowotworom.	138
• Toksyczność witaminy D - obalone mity	143
• Rodzaje witaminy D	
• Słońce najlepszym źródłem witaminy D, ale... jak bezpiecznie ze słońca korzystać	
Osteoporoza i... nieznana witamina K2	
• Witamina K2-MK4 oraz K2-MK7	
• Witamina K2-MK4	
• Witamina K2-MK7..	
Witamina A - czego o niej nie wiemy	217
• Badanie poziomu witaminy K2	223
Witamina E - jakiej nie znamy	231
• Witamina E - cholesterol i nowotwory	238
Minerały - ich znaczenie dla zdrowia człowieka	249
Jod i choroby tarczycy - kompromitacja współczesnej medycyny ...	253
• Jod - bezpieczna i niebezpieczna jego forma	255
• Jod - leczenie „nieuleczalnych” chorób tarczycy	259
• „Efekt Wolffa-Chaikoffa” - oszustwo, któremu do dziś medycyna się kłania	270
• Terapie w leczeniu tarczycy - krok wstecz współczesnej medycyny.....	274
• Wpływ jodu na gospodarkę hormonalną i co jeszcze?	279
Tłuszcze - sprawa prosta, ale... mało znana	287

• Mity o Niezbędnych Nienasyconych Kwasach Tłuszczowych -	
OBALONE.....	293
• Co to są Pierwotne i Pochodne NNKT	295
Nieznana rola Pierwotnych tłuszczów Omega 3 i Omega 6 - które	
lepsze?..	304
Zakończenie.	307
Na przyszłość	313
Dodatek specjalny. Jak ma wyglądać walka z nowotworami w	
Polsce?	317