

## TURINYS

SANTRUMPOS \_ 17

IŽANGA \_ 21

I DALIS

**PER MAŽAI KALORIJŲ \_ 33**

1 SKYRIUS

**Žvilgsnis iš paukščio skrydžio:  
kas nutinka, kai badaujame? \_ 37**

2 SKYRIUS

**Miegojimas žiemos miegu \_ 48**

3 SKYRIUS

**Hormonai ir kaulai \_ 72**

4 SKYRIUS

**Visiškas išsekimas \_ 102**

5 SKYRIUS

**Ekstremalūs atvejai \_ 118**

6 SKYRIUS

**Vėl pradėjus valgyti \_ 134**

II DALIS

**ŽARNYNO VALYMAS** \_ 163

7 SKYRIUS

**Vaizdas iš 30 000 pėdų aukščio** \_ 165

8 SKYRIUS

**Kaip maisto atsikratymas fiziškai paveikia kūną** 174

9 SKYRIUS

**Elektrolitai ir suvalgyto maisto atsikratymo  
nutraukimas** \_ 190

III DALIS

**STAMBESNI PACIENTAI** \_ 215

10 SKYRIUS

**Persivalgymo sutrikimas ir kūno svorio stigma** \_ 220

IV DALIS

**NEIŠMATUOJAMA** . 2 4 1

11 SKYRIUS

**Dirgliosios žarnos sindromas (DŽS)  
ir su juo susijusios problemos** \_ 245

12 SKYRIUS

**Posturalinės ortostatinės tachikardijos sindromas (POTS)  
ir susijusios problemos** \_ 264

## V DALIS

**KONKRETŪS SUTRIKIMAI****IR PACIENTŲ GRUPĖS \_ 281**

## 13 SKYRIUS

**I tipo cukrinis diabetas ir valgymo sutrikimai \_ 282**

## 14 SKYRIUS

**Valgymo vengimo ir (arba) ribojimo sutrikimas \_ 296**

## 15 SKYRIUS

**Ortoreksija ir maisto netoleravimas \_ 301**

## 16 SKYRIUS

**Profesionalūs sportininkai \_ 311**

## 17 SKYRIUS

**Vyrai \_ 319**

## 18 SKYRIUS

**Lytinės ir seksualinės mažumos \_ 329**

## 19 SKYRIUS

**Lytinė ir reprodukcinė moterų sveikata \_ 343**

## 20 SKYRIUS

**Vyresnio amžiaus pacientai \_ 353**

## 21 SKYRIUS

**Piktnaudžiavimas svaigiosiomis medžiagomis \_ 361**

## 22 SKYRIUS

**Rūpinimasis gydymo atsisakančiais pacientais \_ 371**

## IŠVADOS \_ 389

## PADĖKA \_ 401

## RODYKLĖ \_ 403