

TURINYS

Pagyros	3
Pratarmė.	19
Asmeninės autoriaus pastabos	23
Ką rasite šioje knygoje.	27

I DALIS

Jūsų smegenų istorija	31
<i>1 skyrius</i>	
Saugokite smegenis	33
<i>2 skyrius</i>	
Elektriniai trikdžiai jūsų smegenyse.	40
<i>3 skyrius</i>	
Metalų lydiniai jūsų smegenyse.	50
<i>4 skyrius</i>	
Virusų paveiktos smegenys	73
<i>5 skyrius</i>	
Jūsų emocinės smegenys	93
<i>6 skyrius</i>	
Jūsų uždegimo apimti gatviniai nervai.	116
<i>7 skyrius</i>	
Jūsų išsekusios, alkanos smegenys	126
<i>8 skyrius</i>	
Jūsų priklausomybių supančiotos smegenys.	140
<i>9 skyrius</i>	
Jūsų rūgščios smegenys.	151

II DALIS

Kaip plaunamos jūsų smegenys	.161
<i>10 skyrius</i>	
Saikingumo spąstai	.163
<i>11 skyrius</i>	
Mikrodozavimas	.167
<i>12 skyrius</i>	
Alkoholis	.173
<i>13 skyrius</i>	
Kofeinas	.179
<i>14 skyrius</i>	
Nesutarimai dėl mitybos	.187

III DALIS

Smegenų išdavikai	.193
<i>15 skyrius</i>	
Vystymasis priešinga kryptimi	.195
<i>16 skyrius.</i>	
Kraujo ir smegenų barjeras	.198
<i>17 skyrius</i>	
Jūsų saugos vadovas	.201
<i>18 skyrius</i>	
Virusai ir virusinės atliekos	.205
<i>19 skyrius</i>	
Medikamentai	.212
<i>20 skyrius</i>	
Nuodingi sunkieji metalai	.216
<i>21 skyrius</i>	
Kvapikliai	.223
<i>22 skyrius</i>	
Bakterijos ir kiti mikrobai	.226
<i>23 skyrius</i>	
Chemijos pramonės nuodai mūsų namuose	.231
<i>24 skyrius</i>	
Cheminiai neuroantagonistai	.236

25 skyrius	
Naftos cheminės medžiagos ir tirpikliai	241
26 skyrius	
Iš lėktuvų paleidžiamos cheminės medžiagos ir krituliai	245
27 skyrius	
Spinduliuote ir elektromagnetiniai laukai	249
28 skyrius	
Smegenims kenksmingi priedai maiste ir maisto papilduose	256
29 skyrius.	
Smegenims kenksmingi maisto papildai	258
30 skyrius	
Smegenims kenksmingas maistas	261

IV DALIS

Invazija į smegenis.	265
31 skyrius	
Nerimas	267
32 skyrius	
Depresija	277
33 skyrius	
Valgymo sutrikimai	282
34 skyrius	
Obsesinis kompulsinis sutrikimas	300
35 skyrius	
Bipolinis sutrikimas	307
36 skyrius	
Alzheimerio liga ir demencija	312

V DALIS

Apie jūsų skausmą ir kančią	319
37 skyrius	
Kaip rasti savo kelią	321
38 skyrius	
Trumpai apie ligas ir simptomus	323

VI DALIS

Smegenų gydymas	393
---------------------------	-----

39 skyrius	
Iš ko sudarytos jūsų smegenys	395
40 skyrius	
Apie kraujo tyrimus.	407
41 skyrius	
Smegenų ląstelių maistas ir skrandį užpildantis maistas.	421
42 skyrius	
Medicinos medio smegenų gydymo sultimis planas	429
43 skyrius	
Medicinos medio smegenų valymo sultimis programos.	498
44 skyrius	
Nuodingų sunkiųjų metalų šalinimas	506
45 skyrius	
Nuodingų sunkiųjų metalų šalinimo programos	533
46 skyrius	
Nusipelnę, kad į jus būtų žiūrima rimtai.	540

VII DALIS

Protingi ir sutrikę	545
47 skyrius	
Turime rūpintis vieni kitais	547
48 skyrius	
Mokslas kaip ginklas.	556
49 skyrius	
Moksliniai duomenys kaip ginklas	564
Padėkos	576
Apie autorių	580