

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Предисловие от автора и благодарности</i> . . . . .	9
<i>Предисловие Говарда Лаймана</i> . . . . .	18
<i>Вступление</i> . . . . .	23

### Часть I

#### ЛЕЧЕНИЕ СЛОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Глава 1. ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ СЕГОДНЯ . . . . .	41
Глава 2. СКРЫТАЯ ИСТОРИЯ ПИТАНИЯ И БОЛЕЗНЕЙ . . . . .	63
Глава 3. СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ . . . . .	88

### ЧАСТЬ II

#### НЕРАЗБЕРИХА С ПИТАНИЕМ

Глава 4. СОСТОЯНИЕ ПИТАНИЯ . . . . .	135
Глава 5. КУЛЬТ ЖИВОТНОГО БЕЛКА . . . . .	151
Глава 6. МИФЫ, СПОРЫ И ОТКЛОНЕНИЯ . . . . .	189

### ЧАСТЬ III

#### НАУКА КАК ДОГМА

Глава 7. РАДИКАЛЬНЫЙ ВЫЗОВ НАУКЕ . . . . .	237
--	-----

Глава 8. ОГРАНИЧЕНИЯ РЕДУКЦИОНИСТСКОГО ПИТАНИЯ . . . . .	260
Глава 9. ПРИМЕР ХОЛИСТИЧЕСКОЙ НАУКИ . . . . .	294

ЧАСТЬ IV  
ВЗГЛЯД В БУДУЩЕЕ

Глава 10. РЕКОМЕНДАЦИИ . . . . .	329
<i>Постскриптум. Могут ли изменения в нашем питании помочь победить COVID-19? . . . . .</i>	<i>364</i>
<i>Послесловие. Последнее слово остается за природой . . . . .</i>	<i>369</i>
<i>Источники . . . . .</i>	<i>379</i>
<i>Алфавитный указатель . . . . .</i>	<i>411</i>