

Содержание

Предисловие от Альберто Мантовани 11

**Оркестр иммунной системы: мужчины
и женщины играют разные партии 15**

**Аутоиммунные заболевания —
гендерный вопрос 31**

Органоспецифические заболевания 41

Системные заболевания 45

Х или Y — буква, которая имеет значение.

**Но только ли гены решают, чем мы
будем болеть? 56**

Вклад близнецов в исследования 59

Гены и иммунная система 63

Неожиданные факторы X 66

Микрофлора: не все бактерии вредны 73

Будущая мама, да пребудет с тобой Сила!	91
Иммунная система при беременности	92
Иммуноопосредованные заболевания при беременности	98
Влияние ревматологических заболеваний на беременность	99
Как внутриутробная среда определяет здоровье потомства	102
Старею, но не слабею	105
Инфламейджинг	108
Иммуностарение	110
Что происходит с болезнями с возрастом?	114
В здоровом теле...	117
5 правил, помогающих иммунной защите женщин (и мужчин)	120
Правило № 1: здоровье начинается с того, что мы едим	120
Правило № 2: следите за весом!	122
Правило № 3: двигайтесь, двигайтесь, двигайтесь — хотя бы 30 минут в день	123
Правило № 4: не назначайте лекарства себе сами	125
Правило № 5: мы — это наша семья	127
Выводы	129

Содержание

Глоссарий	135
Рекомендуемая литература и библиография	151
Благодарности	155
Алфавитный указатель	157