

Spis treści

Od tłumaczy i redaktorów wydania polskiego	7
Przedmowa do wydania polskiego	9
Przedmowa	15
Wprowadzenie	19
1. Łapanie tchu – jak pracują płuca	23
2. Co to jest POChP	35
3. Plan zapobiegania – klucz do radzenia sobie z POChP	51
4. „Myślę, że konieczne są badania” – rozpoznawanie POChP	59
5. POChP to gra zespołowa – współpraca z lekarzem	81
6. Wielki strach – emocjonalna jazda na diabelskim młynie POChP	101
7. Po prostu zrób to – znaczenie rehabilitacji pulmonologicznej	115
8. Życie z POChP – praktyczne wskazówki, jak cieszyć się życiem	141
9. Nigdy nie jest za późno na zaprzestanie palenia – przyszłość wolna od dymu	155
10. „To mi nie pomaga” – optymalizacja farmakoterapii w POChP	173
11. „Nie mówcie mi, że potrzebuję tlenu” – tlenoterapia	197
12. Ruszamy w błękitny przestwór – podróżowanie z POChP	211
13. Wszystko, co zawsze chciałeś wiedzieć o seksie i POChP, ale o co bałeś się zapytać	223
14. Uwaga! Zagrożenie – jak sobie radzić z zaostrzeniami POChP	235
15. Krótkie omówienie innych chorób płuc	253
16. Nowy wspaniały świat – nadzieje na przyszłość	267

Posłowie	275
Co twoi lekarze czytają na temat POChP?	277
Sylwetka Richarda V. Hoddera	279