

SPIS TREŚCI

Wstęp	6
Kim jestem?	8
Guzki tarczycy	9
Guzki tarczycy – definicja i objawy	9
Diagnostyka guzków tarczycy	10
Przyczyny występowania guzków tarczycy	15
Rodzaje guzków tarczycy	16
Wole wieloguzkowe	18
Mam guzki tarczycy. Co dalej?	20
Czy można sobie pomóc dietą i suplementacją?	28
Co warto badać regularnie przy guzkach tarczycy?	37
Co zwiększa ryzyko rozwoju nowotworu tarczycy?	39
Nowotwory tarczycy	48
Nowotwory tarczycy – definicja i objawy	48
Przyczyny nowotworów tarczycy	49
Główne rodzaje nowotworów tarczycy	52
Diagnostyka raka tarczycy	55
Leczenie raka tarczycy	56
Życie bez tarczycy	64
Usunięto mi tarczycę. Co dalej?	64
Odżywianie i suplementacja po usunięciu tarczycy	69

Jakie badania warto regularnie robić po usunięciu tarczycy?	74
Co jest jeszcze ważne po usunięciu tarczycy? —————	75
Podsumowanie —————	80
Historia Pauliny —————	82
Podziękowania —————	102
Bibliografia —————	103