

ОГЛАВЛЕНИЕ

Список сокращений и условных обозначений	4
Предисловие	5
ГЛАВА 1. Что такое жизнь?	6
ГЛАВА 2. Рекорды долгожительства. Сколько должен жить человек?	14
ГЛАВА 3. Основные теории старения.	19
ГЛАВА 4. Факторы, влияющие на продолжительность жизни (что сокращает, а что может продлевать нашу жизнь)	22
ГЛАВА 5. Основные причины смерти в России	45
ГЛАВА 6. Влияние инфекционных болезней на продолжительность жизни	51
ГЛАВА 7. Влияние гриппа, других ОРВИ и коронавирусной инфекции на продолжительность жизни.	54
ГЛАВА 8. Влияние эпидемий и пандемий на историю и продолжительность жизни	71
ГЛАВА 9. Антибиотики: вред и польза	87
ГЛАВА 10. Нужна ли вакцинация?	94
ГЛАВА 11. Микробиота и ее роль	102
Заключение.	107
Предметный указатель.	109