

8 HEY LEUTE!

10 SUPERHELD KÖRPER

- 12 Checker-Frage: Was ist das Immunsystem?
- 13 Robertas Check: Was ist ein Schadstoff?
- 17 Checker-Frage: Wie wird der Körper giftige Stoffe wieder los?
- 17 Robertas Check: Der Darm
- 19 Checker-Frage: Wie heilt der Körper Wunden?
- 21 Robertas Check: Knochen-Check
- 22 Checker-Frage: Was passiert bei einem Knochenbruch?
- 24 Mitmach-Check: Der Finger-Prank

26 GESUND BLEIBEN

- 27 Checker-Frage: Warum braucht der Körper Fett?
- 29 Robertas Check: Welche Speisen haben am meisten Fett?
- 32 Robertas Check: Vitamine
- 35 Checker-Frage: Wie funktionieren unsere Muskeln?
- 36 Robertas Check: Muskelkater
- 38 Mitmach-Check: Das Checker-Tobi-Skelett

40 KRANKHEITEN

- 42 Checker-Frage: Wie unterscheiden sich Viren und Bakterien?
- 46 Tobis Viren-Abwehrprogramm
- 47 Robertas Check: Kinderkrankheiten
- 47 Checker-Frage: Was ist eine Allergie?
- 48 Robertas Check: Allergene
- 51 Checker-Frage: Was ist die Zuckerkrankheit?
- 54 Mitmach-Check: Monster malen

56 HILFE!

- 58 Checker-Frage: Was ist der Eid des Hippokrates?
- 58 Robertas Check: Was heißt steril?
- 61 Checker-Frage: Wer war Paracelsus?
- 64 Robertas Check: Was tun bei einem Notfall?
- 65 Robertas Quiz: Man kennt sie überall
- 68 Checker-Frage: Was ist ein Placebo-Effekt?
- 69 Robertas Check: Nocebo-Effekt
- 70 Mitmach-Check: Ringelblumensalbe selbst gemacht

72 UMWELTEINFLÜSSE

- 75 Robertas Check: Was sind Stickoxide?
- 76 Checker-Frage: Wie wirkt die Sonne auf uns?
- 77 Robertas Check: UV-Check
- 78 Robertas Check: Haut-Typen
- 81 Checker-Frage: Wann machen Geräusche krank?
- 84 Mitmach-Check: Das Eidophon - Schallwellen zeichnen

86 DER GESUNDE GEIST

- 87 Robertas Check: Was ist die WHO?
- 88 Robertas Check: Was ist eine Depression?
- 89 Checker-Frage: Ist Lachen wirklich gesund?
- 90 Robertas Check: Endorphin
- 91 Checker-Frage: Was passiert beim Schlafen?
- 96 Checker-Frage: Wie macht man Yoga?
- 98 Mitmach-Check: Gesunder Geist

100 SO, LEUTE!

- 103 Mitmach-Check: Das Checker-Tobi-Skelett
- 109 Quellen- und Bildverzeichnis