

Obsah

ÚVOD	7	... máte gynekologické problémy	40
BEZ VODY NIE JE ŽIVOT	8	... vás trápia hemoroidy	41
ČO VLASTNE PIŤ	9	... vás trápi hnačka	43
ČO PIŤ, KEĎ...	15	... máte horúčku	45
... máte afty	15	... máte chladné ruky a nohy	46
... máte akné	15	... máte zvýšený cholesterol	47
... máte alergiu	16	... máte chorobu tepien	49
... máte andropauzu	17	... chripíte	50
... máte angínu	17	... máte chrípku	51
... máte anginu pectoris	18	... trpíte chronickým únavovým syndrómom	53
... máte artritídu	18	... potrebujete posilniť imunitnú sústavu	54
... máte artrózu	21	... vás trápi inkontinencia	56
... máte astmu	22	... bojujete proti jarnej únave	56
... máte aterosklerózu	24	... máte kašeľ	57
... máte bolesti brucha	24	... máte ťažkosti v klimakteriu	60
... vás bolí hlava	24	... potrebujete sa koncentrovať	60
... vás bolí hrdlo	26	... konzumujete priveľa mäsa	61
... vás bolí chrbát	27	... chcete byť krásni	61
... vás bolia kĺby	28	... máte kŕče v lýtkach alebo v chodidlách	62
... máte bronchitídu	28	... máte kŕčové žily	63
... máte cukrovku	29	... krvácate z nosa	63
... chcete absolvovať čistiacu kúru	31	... máte ťažkosti s krvným tlakom – nízkym	64
... bojujete s depresiou	33	... máte ťažkosti s krvným tlakom – vysokým	65
... máte dnu	34	... máte lupienku	68
... chcete mať dobrú náladu	35	... trpíte málokrvnosťou	68
... máte ekzém	36	... máte menštruačné ťažkosti	70
... potrebujete dodať energiu	37	... máte migrénu	73

Úvod

... máte nádkhu	73	... ste tehotná	122
... máte nadváhu	74	... máte tenisový laket'	123
... trpíte nafukovaním	76	... sa vám nedostatočne tvorí materské mlieko	124
... trpíte nechutenstvom	77	... trpíte únavou	124
... sa liečite na neplodnosť	79	... trpíte chorobnou úzkosťou a strachom	126
... ste nervózni	80	... užívate antibiotiká	127
... trpíte nespavosťou	82	... máte problémy s vlasmi	128
... trpíte neurózou	85	... máte vred predkolenia	129
... trpíte nevoľnosťou	85	... ste zábudliví	130
... máte ťažkosti s obličkami	87	... máte zápal močových ciest	130
... chcete si odvyknúť fajčiť	89	... máte zápal pľúc	133
... vás ohrozuje osteoporóza	89	... máte zápal priedušiek	133
... sa potrebujete osviežiť	90	... máte zápal stredného ucha	136
... vás páli záha	93	... máte zápal trojklaného nervu	136
... máte problémy s pamäťou	94	... máte zápal žil	137
... máte ťažkosti s pečeňou	96	... trpíte zápchou	138
... chcete mať krásnu pleť	99	... máte problémy so zažívaním	141
... ste prechladnutí	100	... máte ťažkosti so zrakom	144
... máte ťažkosti v prechode	103	... máte zubný kaz	146
... máte ťažkosti s prostatou	104	... máte žalúdočné alebo dvanástnikové vredy	146
... chcete predísť rakovine	106	... máte žalúdočné ťažkosti	147
... chcete urýchliť rekonvalescenciu	109	... máte žihľavku	149
... trpíte reumatizmom	110	... máte ťažkosti so žľazníkom	149
... chcete zvýšiť sexuálnu aktivitu	112	BYLINNÉ ČAJE	152
... máte ťažkosti so srdcom	113	BOHATSTVO V POTRAVINÁCH	172
... chcete oddialiť starnutie	119	POUŽITÁ LITERATÚRA	180
... bojujete so stresom	120		
... máte štikútku	122		
... máte ťažkosti so štítnou žľazou	122		