

## **Obsah:**

<i>Príhovor autora</i>	5
<i>Indikácie - aké choroby metóda lieči</i>	6
<i>Vážení a milí čitatelia</i>	7
<i>Ako a prečo zápal vzniká?</i>	16
<i>Prečo sa od hĺbkovej masáže zápal hojí?</i>	17
<i>Aké spôsoby liečenia zápalov existujú?</i>	23
<b>Liečenie dýchacích chorôb</b>	<b>30</b>
<i>Ako hľadať a masírovať boľavé miesta</i>	32
<i>Samovyšetrenie dýchacieho ústrojenstva</i>	36
<i>Liečenie dýchacieho ústrojenstva</i>	49
<i>Liečenie nádchy, chrípky</i>	51
<i>Angína, chronický zápal mandlí</i>	55
<i>Zápal hlasiviek, priedušiek, pľúc, kašeľ, astma i chronické stavy</i>	57
<i>Zápal nosových, prínosových čelných dutín, zápal trojklaného nervu, čuchového systému, stredného ucha a ich chronické stavy, senná nádcha</i>	61
<i>Potiaca kúra</i>	64
<i>Mastný zábal, kapustový zábal...</i>	65
<b>Liečenie interných chorôb</b>	<b>69</b>
<i>Srdcové choroby</i>	72
<i>Choroby tráviaceho, vstrebávacieho a spracovateľského systému</i>	75
<i>Choroby vylučovacieho systému a ženských orgánov</i>	84
<b>Liečenie pohybových chorôb</b>	<b>89</b>
<i>Vyšetrenie krčnej časti chrbtice a hornej končatiny</i>	98
<i>Vyšetrenie hrudnej časti chrbtice</i>	100
<i>Vyšetrenie driekovej, krížovej časti chrbtice a dolnej končatiny</i>	103
<i>Naprávanie chrbtice</i>	107
<i>Cviky na chrbticu</i>	112
<i>Liečenie chrbtice a končatín (migréna, skolióza, seknutie v chrbtici, ischias, koxartróza, reuma, chronické bolesti)</i>	118
<b>Masážna pomôcka na hĺbkovú masáž</b>	<b>133</b>
<b>Liečenie alergických chorôb</b>	<b>141</b>
<b>Ľudské biopole - „, odrobenie z očí“</b>	<b>143</b>
<i>Môj príbeh a ako to všetko začalo</i>	145
<i>Slovo na záver</i>	157