



OBSAH



Předmluva.....	6
O této knize.....	8
Hlavní odpovědnost za své zdraví nesete vy sami!.....	10

Onemocnění 18

Desítky zdravotních potíží od aft a astmatu přes nejrůznější bolesti, cukrovku, fobie a onemocnění očí až po syndrom dráždivého tračníku, zánět močových cest, zmrzlé rameno a ztrátu vlasů.



Přírodní medicína 110

Nepřeberná škála prostředků od ajurvědy a akupunktury přes Bowenovu tlakovou masáž, hydroterapii či kostival lékařský až po muzikoterapii, psyllium, třezalku tečkovanou a ženšen pravý.

Rejstřík 319

Poděkování 335

