



fytoterapie	5
Zahrada prostých lidí.....	6
Čína.....	7
Egypt.....	7
Mezopotámie.....	8
Řecká a latinská kultura.....	8
Temná století.....	9
Léčivé byliny ve středověkých kláštorech.....	9
Arabové.....	10
Salernská lékařská škola.....	11
Babky kořenářky.....	12
Léčivé byliny a moderní medicína.....	12
Vedlejší účinky.....	13

Jak používat byliny

Sběr.....	16
Uchovávání.....	18
Sušení.....	18
Příprava.....	20
Přípravky k vnitřnímu užití.....	20
Bylinné čaje.....	20
Tinkтуры.....	23
Sírupy.....	24
Přípravky k vnějšímu užití.....	24

Zahrada prostých lidí

Aloe vera.....	34
Andělíka lékařská.....	36
Artyčok zeleninový.....	36
Barvinek menší.....	37
Bazalka vonná.....	37
Bez černý.....	38
Blahovičník kulatoplodý.....	38





Borovice kleč	39
Borovice lesní	39
Borovice přímořská	40
Brusnice borůvka	40
Brusnice brusinka	41
Brutnák lékařský	41
Bříza bělokora	42
Cesmína ostrolistá	42
Citroník limonový	43
Čekanka obecná	43
Česnáček lékařský	44
Česnek kuchyňský	44
Divizna malokvětá	45
Dobromysl obecná	45
Drnavec lékařský	46
Dub letní	46
Fenykl obecný	47
Fikovník smokvoň	47
Heřmánek pravý	48
Hloh jednosemenný	48
Hořec žlutý	49
Hulevník lékařský	49
Chlupáček zední	50
Chmel otáčivý	50
Chrpa modrá	51
Chřest lékařský	51
Chřest pichlavý	52
Jabloň	52
Jahodník obecný	53
Jalovec obecný	53
Jasan ztepilý	54
Jaterník podléška	54
Jedle bělokora	55



Jeřáb ptačí.....	55
Jetel luční	56
Jilm habrolistý	56
Jírovec maďal	57
Jitrocel kopinatý	57
Kakost smrdutý.....	58
Kapara trnitá.....	58
Kaštanovník jedlý	59
Kmín kořený	59
Kokoška pastuší tobolka	60
Koniklec německý.....	60
Kopr vonný	61
Kopřiva dvoudomá.....	61
Koulenka prodloužená.....	62
Kozi brada luční	62
Kozlíček polníček	63
Kozlík lékařský	63
Krvavec toten.....	64
Křen selský.....	64
Kyprej vrbice	65
Lékořice lysá.....	65
Levandule lékařská	66
Libeček lékařský.....	66
Lípa velkolistá	67
Líska obecná.....	67
Listnatec ostnitý	68
Lopuch větší.....	68
Majoránka zahradní.....	69
Mák vlčí.....	69
Mandloň obecná	70
Marhaník granátový.....	70
Maří list balšámový	71
Máta	71





Mateřidouška obecná (tymián).....	72
Meduňka lékařská.....	72
Medvědí česnek.....	73
Merlík všedobr nebo horský salát.....	73
Měsíček lékařský.....	74
Mišpule obecná.....	74
Mochna nátržník.....	75
Mochyně židovská.....	75
Moruše černá.....	76
Mydlice lékařská.....	76
Myrta obecná.....	77
Olivovník evropský.....	77
Ořešák královský.....	78
Ostružiník křovitý.....	78
Ostružiník maliník.....	79
Pampeliška lékařská.....	79
Pažitka pobřežní.....	80
Pelyněk černobýl.....	80
Pelyněk estragon.....	81
Pelyněk pravý.....	81
Petržel kořenová.....	82
Planika obecná.....	82
Plicník lékařský.....	83
Potočnice lékařská.....	83
Prha arnika.....	84
Proskurník lékařský.....	84
Prvosenka jarní.....	85
Přeslička rolní.....	85
Pupava bezlodyžná.....	86
Pýr plazivý.....	86
Reveň dlanitá (Rebarbora).....	87
Roketa setá (rukola).....	87
Routa vonná.....	88



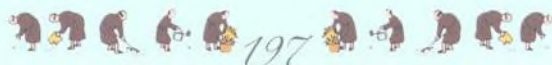
Rozchodník nachový.....	88
Rozmaryn lékařský.....	89
Rozrazil lékařský.....	89
Růže šípková.....	90
Rybíz červený.....	90
Řebříček obecný.....	91
Řepík lékařský.....	91
Řimbaba obecná.....	92
Saturejka horská.....	92
Silenka nadmutá.....	93
Sléz lesní.....	93
Slunečnice topinambur.....	94
Srstka angrešt (Srstka obecná).....	94
Světlík lékařský.....	95
Svízel vonný.....	95
Šalvěj lékařská.....	96
Šanta kočičí.....	96
Šťovík kyselý.....	97
Tamus obecný.....	97
Trnka obecná.....	98
Trnovník akát.....	98
Třešeň ptačí.....	99
Tužebník jilmový.....	99
Vavřín vznešený.....	100
Verbena citronová nebo Aloisie trojlistá (Citronová lipie).....	100
Violka vonná.....	101
Vratič obecný.....	101
Vrba bílá.....	102
Yzop lékařský.....	102
Zemědým lékařský.....	103
Zvonek řepka.....	103





Bylinné čaje a léčivé prostředky bylinkáře 105

Aerofagie.....	106
Afty	106
Akné	107
Alopecie (Holohlavost)	107
Anémie	107
Arteriální hypertenze	108
Arteriální hypertenze (prevence)	109
Arteriální hypotenze	109
Arteriální hypotenze (prevence)	109
Arterioskleróza (prevence)	110
Artritida.....	110
Astma	111
Azotémie	111
Bolest hlavy.....	112
Bolesti zad	112
Bolesti žaludku	112
Bolestivá menstruace.....	112
Bronchiální katar (Katar průdušek)	113
Bronchitida (Zánět průdušek).....	113
Bušení srdce	114
Celulitida	115
Cukrovka	115
Černé tečky na obličeji	116
Dásně	116
Deprese.....	117
Dna	117
Dráždivý vlhký kašel	118
Ekzém	118
Epistaxe (krvácení z nosu)	118
Frigidita.....	118
Furunkly (vřídky naplněné hnisem)	119
Gastritida (Zánět žaludku).....	119





Hemeroidy	119
Horečka	120
Cholesterolémie	120
Chrapot	121
Chřipka	121
Chůň k jídlu (ke snížení)	121
Intoxikovaná játra	121
Kašel	121
Katar	122
Kojení	123
Kolitida (Zánět tlustého střeva)	123
Kopřivka	123
Krevní oběh	124
Křečové žíly	124
Kuperóza	124
Kuří oka	125
Leukorea (viz Zánět pochvy)	125
Líná střeva	125
Lišej	125
Lumbalgie (viz Bolesti zad)	125
Lupy	125
Menopauza	125
Menstruační poruchy	126
Migréna	128
Močové kameny	128
Nadměrné vylučování mléka	128
Nadýmání	129
Nafouklý a bolavý žaludek	129
Nafouknuté břicho	129
Nachlazení	129
Nechutenství	130
Nepravidelný menstruační cyklus	130
Nervozita	131





Nespavost.....	131
Neuralgie	132
Nevolnosti při jízdě autem, mořská nemoc a bolesti v krku.....	133
Nezdravá barva pokožky, ochablá pokožka obličeje.....	134
Nízký krevní tlak (viz Arteriální hypotenze).....	134
Nohy.....	134
Očistná kúra.....	134
Omrzlina	135
Opar nebo herpes.....	135
Ospalost.....	135
Osteoporóza.....	135
Paměť.....	136
Pásový opar.....	136
Pohmožděniny	136
Poranění.....	136
Porod.....	137
Poruchy funkce jater, ledvin a střevního traktu.....	137
Poruchy spánku.....	138
Premenstruační poruchy.....	138
Probuzení.....	138
Průjem.....	139
Psychofyzický stres.....	140
Revmatická horečka.....	140
Revmatická onemocnění.....	140
Selhání jater.....	140
Silná menstruace.....	141
Silné vylučování mléka.....	141
Slabá menstruace.....	141
Slabé vylučování mléka.....	141
Spálení sluncem.....	142
Strach z létání.....	142
Strie.....	142
Střevní červi.....	142



Svědění	142
Škytání	143
Špatné trávení	143
Štípnutí hmyzem	143
Trávení	143
Únava	145
Únik moči	146
Úzkost	146
Vaginální svědění	147
Vrásky	148
Vředy v ústech	148
Vylučování moči	148
Vypadávání vlasů (prevence)	149
Vysoký krevní tlak (viz Arteriální hypertenze)	150
Zácpa	150
Zadržování moči	150
Zánět hltanu	151
Zánět hrtanu	151
Zánět močového měchýře	151
Zánět pochvy	152
Zánět prostaty	152
Zánět spojivek	153
Záněty a podráždění pokožky	153
Zápach z úst	153
Závislost na nikotinu	154
Ztuhlý krk	154
Zuby	154
Zvracení	155
Žaludeční potíže	155

Klášterní záznamy Zápisník mníchů. 157