

## ŠETRNÁ POMOC PŘÍRODY

- 8 Nově objevené domácí a léčivé prostředky
- 9 Zdraví koně s přispěním přírody
- 10 Klíč příznaků – v každém případě správný prostředek
- 12 Správné použití a dávkování



## DOMÁCÍ PROSTŘEDKY A LÉČIVA OD A DO Z

Achillea millefolium 16 – Algae 18 – Alchemilla vulgaris 20 – Allium cepa 22  
 – Allium sativum 24 – Aloe vera 26 – Althaea officinalis 28 – Armoracia rusti-  
 cana 30 – Arnica montana 32 – Betulae folium 34 – Borago officinalis 36 – Brassica  
 oleracea 38 – Calendula officinalis 40 – Carum carvi 42 – Cetraria islandica 44  
 – Citrus paradisi 46 – Crataegus 48 – Daucus carota 50 – Echinacea angustifolia purpurea 52  
 – Eucalyptus globulus 54 – Euphrasia officinalis 56 – Fagopyrum esculentum 58 – Filipendula  
 ulmaria 60 – Flores graminis 62 – Foeniculum vulgare 64 – Galium aparine 66 – Ginkgo biloba  
 68 – Glycyrrhiza glabra 70 – Hamamelis virginiana 72 – Humulus lupulus 74 – Hypericum  
 perforatum 76 – Lavandula officinalis 78 – Linum usitatissimum 80 – Matricaria chamomilla 82  
 – Melaleuca alternifolia 84 – Mentha piperita 86 – Oenothera biennis 88 – Origanum vulgare 90  
 – Panax ginseng 92 – Persea americana 94 – Petroselinum crispum 96 – Pimpinella anisum 98  
 – Rosa rugosa / Rosa canina 100 – Rosmarinus officinalis 102 – Rubus idaeus 104 – Salvia offic-  
 inalis 106 – Silybum marianum 108 – Solanum tuberosum 110 – Symphytum officinale 112  
 – Taraxacum officinale 114 – Thea sinensis / Camellia sinensis 116 – Thymus vulgaris 118 –  
 Trigonella foenum graecum 120 – Tussilago farfara 122 – Urtica dioica 124 – Valeriana officinalis  
 126 – Viscum album 128 – Vitex agnus castus 130 – extrakt z mušlí 132 – jogurt a syrovátka 134  
 – med 136 – ocet jablečný 138 – voda 140



## ROZMANITOST V JÍDELNÍČKU

- 143 Ovoce pro koně
- 144 Čajový dýchánek ve stáji
- 147 Rostlinné oleje pro větší vitalitu



## ZDRAVÍ PO CELÝ ROK

- 150 Čile do jara
- 153 Načerpát energii v létě
- 156 Nástup do podzimu ve zdraví
- 158 V dobré kondici po celou zimu



## DODATKY

- 164 Klíč k latinským názvům
- 165 Informace o koni
- 166 Rejstřík

