

Obsah

Předmluva	6
Úvod	8

PRVNÍ KAPITOLA

Apiterapie	10
Předpoklady a východiska apiterapie u nás	13
Včelí produkty a imunita	15
Med a jeho vliv na organismus	17
Propolis a jeho vliv na organismus	18
Včelí pyl a jeho vliv na organismus	19
Včelí jed a jeho vliv na organismus	21
Mateří kašička a její vliv na organismus	22
Spektrum využití včelích produktů v léčitelství	24
Součinnost apiterapie s alternativními metodami léčby	25

DRUHÁ KAPITOLA

Léčení medem	26
Med v lidovém léčitelství	28
Doporučená denní dávka medu	29
Použití medu s bylinkami	30
Recepty na léčení medem	31
Zázračná síla medu a skořice	33
Co se dá léčit medem a včelími produkty	37
Med v domácí kosmetice	53
Masáže proti bolestem	56
Kombinace medu s ostatními včelími produkty	58

Kombinace medu s kořením, ořechy a ovocem	60
Naše rady	60
Medové sirupy	61
Nápoje s medem	63
Medové pomazánky	66

TŘETÍ KAPITOLA

Léčení pylem	68
Z historie užití pylu	71
Složení pylu	71
Vlastnosti pylu	72
Pyl a alergie	72
Léčivé vlastnosti pylu	75
Užívání pylu	76
Dávkování pylu	75
Druhy a formy pylových přípravků	77
Příprava pylu před použitím	78
Léčení pylem při skupinách chorob	79
Přípravky s použitím pylu	83

ČTVRTÁ KAPITOLA

Léčení propolisem	84
Složení propolisu	86
Použití propolisu	88
Léčebné přípravky na bázi propolisu	92
Propolis v lidovém léčitelství	95
Propolis v domácí kosmetice	109

PÁTÁ KAPITOLA

Mateří kašička	110
Účinek vitaminů v mateří kašičce na lidský organismus	113
Pohled do historie použití mateří kašičky	115
Léčebné použití mateří kašičky	115
Způsob užívání mateří kašičky	117
Uskladnění mateří kašičky	119
Lyofilizace mateří kašičky	119
Mateří kašička jako potravinový doplněk	119
Dobré výsledky dosažené při léčbě mateří kašičkou	123
Recepty na užívání mateří kašičky	125

ŠESTÁ KAPITOLA

Léčení včelím jodem	128
Z historie léčení včelím jodem	130
Charakteristika včelího jedu	132
Postup při léčení včelím jodem	133
Vliv včelího jedu na lidský organismus	136
Léčivé účinky včelího jedu	137
Množství jedu ve včelím žihadle	142
Ochrana před včelami	145

SEDMÁ KAPITOLA

Včelí vosk	146
Charakteristika včelího vosku	148
Použití včelího vosku	149
Léčivé vlastnosti včelího vosku	150
Přípravky s včelím voskem	152
Léčivé svíčky	154
Recepty na výrobky se včelím voskem	157
Depilace včelím voskem	159
Dekoratивní výrobky	159
Zajímavosti	161

OSMÁ KAPITOLA

Včelí stimulanty (afrodiziaka)	162
Zdraví a kondice	164
Historický pohled na užívání afrodiziak	166
Včelí produkty jako stimulanty	166
Doslov	170
Rejstřík	172
Literatura	176