

Obsah:

HOMEOPATIE

Úvod	7
Předchůdci homeopatie v dějinách	9
Základní principy homeopatie	15
Homeopatické léčebné prostředky	17
<i>Patogenesias</i>	17
<i>Původ léčiv</i>	18
<i>Základní rostlinný fond</i>	18
<i>Základní nerostný fond</i>	21
<i>Základní živočišný fond</i>	22
<i>Látky původu mikrobiálního</i>	24
<i>Základní organické léčebné látky</i>	24
Příprava homeopatických léků	25
<i>Získávání matečné tinktury</i>	25
<i>Rozpouštění a dynamizace</i>	27
<i>Způsob podávání</i>	28
<i>Některé zajímavé experimenty</i>	29
Vymezení typů a určování diagnózy	31
<i>Nemoci akutní a chronické</i>	36
Homeopatický klinický obraz:	
<i>„portrét pacienta“</i>	38
Homeopatický předpis	44
<i>Výběr léku</i>	44
<i>Normy předepisování a dávkování</i>	45
<i>Akutní onemocnění</i>	46
<i>Chronická onemocnění</i>	46
<i>Způsob podávání homeopatického léku</i>	46
Léčebný postup u některých častých akutních onemocnění	48
<i>Afty</i>	49
<i>Akutní zánět mandlí</i>	50
<i>Migréna</i>	51
<i>Zánět spojivek</i>	53
<i>Průjem</i>	55
<i>Bolestivá menstruace</i>	56
<i>Trávicí obtíže</i>	58
<i>Zácpa</i>	59

<i>Horečka</i>	61
<i>Chřipka</i>	62
<i>Hemoroidy</i>	64
<i>Příušnice</i>	65
<i>Bodnutí hmyzem</i>	67
<i>Nachlazení</i>	67
<i>Akutní reumatismus</i>	69
<i>Spalničky</i>	70
<i>Kašel</i>	72
<i>Poranění</i>	74
<i>Kopřivka</i>	75
<i>Plané neštovice</i>	76

LÉČEBNÉ MASÁŽE

Úvod	81
Základní údaje	83
<i>Dějiny orientální a západní masáže v kostce</i>	83
<i>Masáž je úžasná</i>	85
<i>Uvolnění při masáži</i>	87
<i>Účel masáže</i>	88
Anatomie člověka	91
<i>Celkové uspořádání kostry</i>	91
<i>Páteř. Obratle</i>	92
<i>Mícha</i>	92
<i>Svalstvo oblasti zádové a páteřní</i>	92
<i>Hrudník</i>	93
<i>Bránice</i>	93
<i>Břicho</i>	94
<i>Horní končetina, rameno</i>	94
<i>Paže</i>	94
<i>Předloktí</i>	96
<i>Zápěstí</i>	96
<i>Ruka</i>	96
<i>Dolní končetina, kyčel</i>	97
<i>Stehno</i>	97
<i>Koleno</i>	98
<i>Noha (lýtková část)</i>	99

<i>Klouby nártu</i>	99	<i>Inkontinence moči</i>	142
<i>Noha (chodidlo)</i>	100	<i>Úrazy způsobené odstředivou silou</i>	142
<i>Masáže ke zdraví</i>	101	<i>Nevolnost způsobená cestováním</i>	143
<i>Technika masáže</i>	101	<i>Tíba v nohou</i>	143
<i>Jak provádět masáž</i>	106	<i>Celkové nachlazení</i>	143
<i>Reflexologie chodidla</i>	109	<i>Revma</i>	144
<i>Masáže v oblasti chodidla</i>	109	<i>Chrapot</i>	144
<i>Co je to reflexoterapie?</i>	112	<i>Zánět čelních dutin</i>	145
<i>Znalost zón</i>	112	<i>Tortikolis</i>	145
<i>Ruční masáž</i>	115	<i>Dětská tortikolis</i>	145
<i>Úvod</i>	115	<i>Šiatsu a sexuální chování</i>	146
<i>Popis reflexních bodů</i>	116	<i>Předčasná ejakulace</i>	146
<i>Velký sympatikus</i>	120	<i>Léčení frigidity</i>	146
<i>Masáž nervových vláken kůže</i>	123	<i>Jak tvarovat prsa</i>	147
<i>Uvolnění žil</i>	124	<i>Akupresura</i>	148
<i>Poklepávání na páteř</i>	124	<i>Akupresura jako varianta šiatsu</i>	148
<i>Účinky ruční masáže</i>	125	<i>Různé metody tlaku</i>	148
<i>Šiatsu</i>	128	<i>Způsob lokalizace akupunkturních bodů</i>	149
<i>Ruční léčebná technika</i>	128	<i>Kontraindikace</i>	150
<i>Účinky šiatsu</i>	128	<i>Přehled poruch a způsob léčby</i>	150
<i>Preventivní opatření při používání techniky šiatsu</i>	129	<i>Tabulka — synoptický obraz léčení ovocem a zeleninou</i>	156
<i>Správné použití rukou</i>	130	LÉČIVÉ OLEJE, SIRUPY, LIKÉRY	
<i>Doba trvání tlaku</i>	130	A ELIXÍRY	
<i>Za lepší zdraví</i>	131	<i>Úvod</i>	159
<i>Únava v bedrech</i>	131	<i>Složení a použití sirupů v minulosti</i>	161
<i>Kontraktura ramen</i>	132	<i>Původní receptury nejznámějších léčivých sirupů</i>	165
<i>Únava paží</i>	132	<i>Jednoduché sirupy</i>	167
<i>Léčení zácpy</i>	132	<i>Míchané sirupy</i>	168
<i>Klidný spánek</i>	133	<i>Alkoholické sirupy (mixtury, dávkování)</i>	169
<i>Jak posílit své svalstvo</i>	133	<i>Sirupy v prášku</i>	172
<i>Jak snížit krevní tlak</i>	134	<i>Oleje</i>	175
<i>Jak zvýšit krevní tlak</i>	135	<i>Léčivé oleje</i>	176
<i>Šiatsu a specifická onemocnění</i>	136	<i>Louhované oleje (Olea infusa)</i>	177
<i>Astma</i>	136	<i>Rostlinné oleje</i>	177
<i>Tenisový loket</i>	136	<i>Olivový olej</i>	177
<i>Křeče lýtek</i>	137	<i>Použití olejů</i>	178
<i>Bolest hlavy</i>	137	<i>Přípravky obsahující olivový olej</i>	180
<i>Tvorba žlučových kamenů</i>	137	<i>Pupalkový olej</i>	180
<i>Otok nosní sliznice</i>	137	<i>Olej z pšenických klíčků</i>	182
<i>Pohmožděniny a vymknutí</i>	138	<i>Česnekový olej</i>	184
<i>Péče o dítě</i>	138	<i>Olej z lískových oříšků</i>	185
<i>Cukrovka</i>	138	<i>Olej z kukuřičných klíčků</i>	185
<i>Průjem</i>	139		
<i>Bolest zubů</i>	139		
<i>Bolest žaludku</i>	140		
<i>Snížený žaludek</i>	140		
<i>Krvácení z nosu</i>	141		
<i>Ischias</i>	141		

<i>Avokádový olej</i>	186	<i>Parfémovací přípravky</i>	
<i>Olej ze světlice barvířské</i>	186	<i>pro vlasové oleje</i>	200
<i>Sezamový olej</i>	186	Éterické oleje	201
<i>Konopný olej</i>	187	<i>Nejčastější éterické oleje</i>	202
<i>Voskový olej</i>	187	<i>Jiné těkavé oleje</i>	209
<i>Řepkový olej</i>	187	Postup při výrobě likéru	210
<i>Kokosový olej</i>	188	<i>Destilace</i>	210
<i>Sojový olej</i>	188	<i>Rektifikace, přečišťování</i>	211
<i>Ricinový olej</i>	188	<i>Macerace</i>	211
<i>Mandlový olej</i>	189	<i>Vyloubování</i>	212
<i>Olej z broskvových jader</i>	190	<i>Filtrace</i>	212
<i>Olej z meruňkových jader</i>	190	<i>Přípravky</i>	212
<i>Kakaový olej</i>	190	<i>Recepty na přípravu bylinných</i>	
<i>Tyčinky na rty z kakaové</i>		<i>tinktur</i>	212
<i>hmoty</i>	191	<i>Příprava likérů</i>	215
<i>Makový olej</i>	191	<i>Elixíry</i>	219
<i>Bavlněný olej</i>	192	<i>Rosolky</i>	222
<i>Olej ze zrněk broznového vína</i>	192	<i>Punče</i>	224
<i>Arašídový olej</i>	192	Léčivá aromatická vína	226
<i>Lněný olej</i>	193	Octy	229
<i>Hořčičný olej</i>	193	<i>Dějiny</i>	229
<i>Ořechový olej</i>	194	<i>Boj mezi dvěma nesusoudnými bratry</i>	230
<i>Krotonový olej</i>	194	<i>Z kterého vína vyrobit ocet?</i>	230
<i>Vavřínový olej</i>	195	<i>Domácí výroba octa z vína</i>	231
<i>Příprava různých olejů</i>		<i>Vlastnosti jablečného octa</i>	232
<i>(recepty z lékopisů)</i>	195	<i>Indikace</i>	232
<i>Léčivé oleje k zevnímu použití</i>	197	<i>Bylinné octy</i>	233
<i>Vlasové oleje (k zevnímu použití)</i>	199	<i>Příprava aromatických octů</i>	234