

Obsah

Heřmánková lázeň řeší problémy s pokrývkou hlavy

Nejlepší tipy proti padání vlasů

a jiným problémům s vlasy 9

Při bolení hlavy – jízda na kole vleže

Nejlepší tipy proti migréně

a bolestem hlavy 16

Květ černého bezu, medová lázeň a dubová kůra

pro dobrý zrak

Nejlepší tipy pro oči 26

Jak působí olivový olej na zvukovod?

Nejlepší tipy pro uši 34

Knedlík v krku

Nejlepší tipy pro obličej, nos, ústa a krk 39

Dejme přednost chřestu před infarktem

Nejlepší tipy pro ramena,

hrud', srdce a plíce 69

Sklenka sektu proti ledvinové kolice –

jablečné víno zase na zácpu

Nejlepší tipy pro záda, ledviny, žaludek a břicho 86

**Akupresurou proti impotenci –
rebarbora při klimakterických obtížích**
Nejlepší tipy pro pohlavní orgány 109

Když bolí kolena i hýždě
Nejlepší tipy pro kosti, klouby a svaly 115

Okřídlené nohy...
*Nejlepší tipy pro ruce a paže,
nohy a chodidla* 123

Jeden stisk stačí!
Akupresurou proti depresím
Nejlepší tipy pro pleť, krev a nervy 133

**S vaječným žloutkem
a hroznovým cukrem budeme zase fit**
*Nejlepší tipy ohledně výměny látkové a infekcí,
pro prevenci rakoviny a její doléčení* 147

Lékař v domě
Nejlepší tipy pro domácí lékárničku 153