

OBSAH

	Úvod	9
Předcházet je lépe než léčit 14	Tělesné otužování Mytí paží Studené mytí Běhání v rose Běhání ve sněhu Šlapání do vody Kartáčování kůže	15 15 16 16 17 17 17
Léčivé byliny a domácí prostředky 19	Byliny Bylinkové nápoje Půst V krátkosti o domácích prostředcích Míchaný čaj rodiny Trebenových Určování léčivých bylin Sběr léčivých bylin Uchovávání bylin Důležitá rada	19 24 27 30 30 31 32 33 33
Ženské potíže 36	Chudokrevnost Tvorba krve Nedostatek železa	36 37 38

Potrat	38
Ženské nemoci	40
Hormonální porucha	40
Křečové žíly	41
Hubenost	43
Neplodnost	46
Zánět žil	47
Přechod	48

**Nespecifické
potíže
52**

Celková slabost	52
Bledost	52
Chorobná bledost	53
Deprese	53
Zvracení	55
Hysterie	58
Bolesti hlavy	58
Poruchy krevního oběhu	61
Nízký krevní tlak	61
Vysoký krevní tlak	62
Další poruchy krevního oběhu	62
Ochablost	63
Migréna	64
Únava	65
Nervozita	68
Trudnomyslnost	68
Závrať	68
Předrážděnost	71
Nevolnost	71
Neklid	72

**Prsa
73**

Vřed na prsou	73
Rakovina prsou	73
Otok prsou	78
Zánět prsních bradavek	78

Podbřišek
79

Výtok (bělotok)	79
Krvácení	80
Záněť vejcovodu a vaječníku	81
Záněť dělohy	83
Pokleslá děloha	87
Vyhřeznutí dělohy	87
Problémy při menstruaci . . .	88
Nepřavidelná perioda	91
Houbové onemocnění	92
Onemocnění ženských orgánů	92
Rakovina ženských orgánů	96
Bělotok	98
Cysta	99

Močový měchýř
104

Onemocnění měchýře	104
Močové kameny	105
Písek v moči	106
Záněť močového měchýře	107
Křeče močového měchýře	110
Rakovina močového měchýře	111
Ochrnutí močového měchýře	112
Potíže s močovým měchýřem	112
Bolest močového měchýře	113
Slabost močového měchýře	113