

OBSAH

ŽIVOT A DÍLO HILDEGARDY

Z BINGENU..... 4

HILDEGARDIN PŘÍSTUP KE ZDRAVÍ:

INSPIRACE PRO NAŠI SOUČASNOST 14

HILDEGARDINO CELOSTNÍ LÉČITELSTVÍ 20

Causae et curae – Hildegardin největší spis
o léčitelství..... 20

Nauka o čtyřech prvcích
a tělesných šťávách 26

Nauka o výživě a trávicí soustava 34

Léčivé metody a léčivé prostředky
při určitých nemocech 40

HILDEGARDINA LÉČITELSKÁ PRAXE 50

Onemocnění dýchacích cest..... 50

Choroby očí 57

Nemoci nohou 61

Potíže se žlučníkem 62

Dna 65

Onemocnění močových cest 68

Kožní choroby 77

Kardiovaskulární choroby 86

Onemocnění žaludku a střev 96

Obtíže nervového původu 103

Nemoci zubů a dásní 107

HILDEGARDINY ROSTLINY A BYLINKY.....110

Stručná historie léčivých rostlin	110
Co je třeba vědět o léčivých rostlinách	111
Léčivé rostliny a jejich účinné látky	112
Sběr léčivých rostlin	121
Správné uchovávání léčivých rostlin	123
Samoléčba	125
Vyrobte si rostlinné léčivé prostředky sami	134
Zdroje Hildegardiných znalostí	140

PŘEHLED HILDEGARDINÝCH NEJÚČINNĚJŠÍCH LÉČIVÝCH ROSTLIN..... 146

PRAMENY A SEZNAM LITERATURY 202

SEZNAM NEMOCÍ A LÉČIV 205