

Obsah

Věnování a poděkování • vi

Předmluva James A. Duke, Ph.D. • vii

- 1 Eko-logické bylinářství • 1
- 2 Recept na zdravý život • 13
- 3 Jak se zbavit stresu a úzkosti s pomocí bylin • 43
- 4 Domácí lékárna na běžné nemoci • 71
- 5 Recepty na zářivou krásu • 113
- 6 Pro děti • 159
- 7 Pro ženy • 197
- 8 Pro muže • 233
- 9 Pro starší • 265

Příloha 1:

Bylinná lékárna od A do Z • 308

Příloha 2:

Umění přípravy bylinných léků • 374

Zdroje • 389

Rejstřík • 391