

OBSAH

| | |
|--|----|
| Několik slov na začátek | 7 |
| Předmluva autora | 8 |
| Úvod | 9 |
| Nejdůležitější příčiny nemocí | 9 |
| Geopatogenní vlivy | 11 |
| Sedm zázračných prostředků ruského léčení | 13 |
| Horský balzám | 13 |
| Rakytňákový olej | 15 |
| Propolis | 16 |
| Petrolej | 17 |
| Kumys (kobydí mléko) | 18 |
| Ruské hořčičné náplasti | 19 |
| Baňky | 22 |
| Ruská lázeň (baňa) | 24 |
| Pojednání o nemocech od A do Z | 25 |
| Alergie | 25 |
| Angína | 27 |
| Arterioskleróza | 28 |
| Astma | 29 |
| Bolesti hlavy | 31 |
| Bolesti zubů | 32 |
| Bradavice | 33 |
| Bronchitida | 33 |

| | |
|---|----|
| Čizí tělesa (odstraňování) | 34 |
| Černý kašel | 35 |
| Deprese | 35 |
| Diabetes mellitus | 36 |
| Dna (viz revmatismus a dna) | 61 |
| Dyzenterie a kolitida | 38 |
| Ekzém (viz neurodermitida) | 54 |
| Epilepsie | 39 |
| Furunkly | 39 |
| Gastritida, žaludeční vředy | 40 |
| Helmintóza (nemoc vyvolaná střevními parazity) | 41 |
| Hemoroidy | 42 |
| Hypertenze (vysoký krevní tlak) | 43 |
| Hypotenze (nízký krevní tlak) | 44 |
| Choroby jater (viz nemoci žlučníku) | 52 |
| Choroby ledvin, ledvinové kaménky | 44 |
| Choroby srdce a cév | 46 |
| Choroby štítné žlázy (viz struma) | 65 |
| Chudokrevnost (viz vyčerpání) | 66 |
| Impotence | 46 |
| Kašel (viz bronchitida) | 33 |
| Krvácení (krvácení z nosu) | 47 |
| Krvácení dásní, parodontóza | 48 |
| Kuří oka | 49 |
| Lišeje (přenášené kočkami a psy) | 49 |
| Lupy | 49 |
| Meningitida | 50 |
| Nádory | 50 |
| Nemoci žlučníku, žlučnickové kaménky, choroby jater | 52 |
| Nespavost | 53 |
| Neuralgie | 54 |
| Neurodermitida | 54 |
| Obezita | 56 |
| Omrzliny | 57 |
| Otravy | 58 |
| Pálení žáhy | 58 |

| | |
|--|----|
| Panaricium (hnisavý zánět nehtového lůžka) | 59 |
| Pokožka (viz neurodermitida) | 54 |
| Popálení a poleptání | 59 |
| Průjem (viz dyzenterie a kolitida) | 38 |
| Rakovina (viz nádory) | 50 |
| Rány, obtížně se hojící, trofické vředy | 60 |
| Revmatismus, dna | 61 |
| Rozšířené žíly (varixy) | 62 |
| Rýma, chronická sinusitida | 63 |
| Štruma | 65 |
| Škytavka | 65 |
| Trofický vřed (viz rány obtížně se hojící) | 60 |
| Vřídky | 66 |
| Vyčerpání, (psychické a fyzické), zotavení po těžkých nemocech, chudokrevnost | 66 |
| Vypadávání vlasů (alopecie) | 67 |
| Zácpa | 69 |
| Zánět průšnic | 70 |
| Zápach z úst | 70 |
| Žaludeční vřed (viz gastritida, žaludeční vředy) | 40 |

Staré ruské léčebné prostředky a metody používané do dnešních časů 72

| | |
|---|----|
| Autohemoterapie (injekce vlastní krve) | 72 |
| Urinoterapie | 73 |
| Postní kúra | 73 |
| Kombucha a čaga | 75 |
| Pouštění žilou | 77 |
| Léčení slunečnicovým olejem (podle dr. Karacha) | 77 |
| Kvas (chlebový nápoj) | 78 |
| Léčení pijavicemi | 79 |

Zásady pro zachování zdraví a dlouhověkost 80