



## Obsah

<b>Předmluva</b> . . . . .	<b>7</b>
<b>Všeobecná část</b> . . . . .	<b>9</b>
Co jsou to adaptogeny? . . . . .	9
Adaptogeny z chemického hlediska . . . . .	10
Sklizeň a úprava částí rostlin . . . . .	11
Množení za použití tkáňových kultur . . . . .	11
<b>Speciální část</b> . . . . .	<b>12</b>
Prodara mandžuská – čertův keř . . . . .	12
Eleuterokokus ostnitý – eleuterokok . . . . .	15
Ženšen pravý – všehož léčivý, všehož ženšenový . . . . .	23
Schizandra čínská – klanopraška . . . . .	33
Rozchodnice růžová . . . . .	38
Leuzea (maralí kořen) . . . . .	44
Rakytník řešetlákový . . . . .	48
Jinan dvoulaločný . . . . .	64
OSTATNÍ ROSTLINY S ADAPTOGENNÍMI ÚČINKY . . . . .	70
Brusnice borůvka . . . . .	70
Brutnák lékařský . . . . .	71
Gynostema pětilistá – Jiaogulan . . . . .	73
Kokořík mnohokvětý . . . . .	75
Kustovnice čínská . . . . .	77
Kotvičník pozemní . . . . .	79
Kozinec blanitý . . . . .	82
Lékořice lysá . . . . .	84
Maca . . . . .	87
Pazvonek chloupkatý . . . . .	90
Třapatka (rudbekie) . . . . .	92
Withanie (ashwagandha, indický ženšen, zimní třešeň) . . . . .	93
Lesklokorka lesklá . . . . .	95
Housenice čínská . . . . .	98
<b>Literatura</b> . . . . .	<b>101</b>
<b>Rejstřík</b> . . . . .	<b>102</b>