

Obsah

	Lékařská poznámka	5
	Poděkování	7
	Úvod	9
1	Ženšen – od bylinného léku po zázrak výživy	21
2	Ženšen a zmírnění stresu	39
3	Ženšen, činnost a výkonnost	61
4	Ženšen a váš sexuální život	81
5	Ženšen a vaše zdraví	105
6	Ženšen, stárnutí a dlouhověkost	125
7	Jak si vybrat vhodný ženšen	145
8	Spotřebitelův průvodce po nákupech ženšenu	157
	O autorovi	176