

Obsah

Předmluva 11

První část: Základní informace o MSM

1. Úžasný MSM 15
2. Kořeny MSM – vztah k DMSO 29
3. Jak užívat MSM 54
4. MSM a bolest 66
5. MSM a záněty 85

Druhá část: Jak MSM pomáhá při častých případech bolesti

6. Artritida (osteoartritida) 97
7. Bolest zad 115
8. Bolesti hlavy 125
9. Fibromyalgie 132
10. Svalové křeče a sportovní úrazy 140
11. Tendinitida (zánět šlach) 152
12. Syndrom karpálního tunelu 158
13. Dysfunkce čelistního kloubu 164
14. Bolest zubů 169
15. Pálení žáhy a překyselení 174

Třetí část: Jak MSM pomáhá mírnit alergie

- 16. Alergie na pyl 181
- 17. Astma 192
- 18. Sinusitida 202
- 19. Alergie na potraviny 204

**Čtvrtá část: Jak MSM pomáhá ulevovat
při dalších bolestivých komplikacích**

- 20. Revmatická artritida, lupus,
intesticiální cystitida, sklerodermie 211

Příloha A 235

Příloha B 245