

---

# OBSAH

## část první — úvodní informace

- Předmluva — II
- Úvod — 13
- Bylo nebylo... — 15
- Energetické aspekty hydrolaterapie — 17
- Jak poznáme kvalitu — 19
- Uchovávání — 21
- Způsoby použití — 22
- Kombinace s ostatními  
fytoterapeutickými přístupy — 28
- Léčení zvířat hydroláty — 32

## část druhá — profily hydrolátů

- Andělíka kořen — 37
- Bazalka — 40
- Bergamot — 43
- Borovice lesní — 46
- Cedr atlas — 49
- Cist — 52
- Cypřiš — 55
- Čajovník — 58
- Čampaka — 61
- Drmek — 64
- Eukalyptus globulus — 67
- Geranium — 70
- Helichrysum — 73
- Heřmánek pravý — 76
- Heřmánek římský — 79

- Jalovec — 82
- Jasmín — 85
- Kadidlo — 88
- Kewra — 91
- Koriandr — 94
- Levandule — 98
- Majoránka — 101
- Máta peprná — 104
- Mrkev — 107
- Myrta — 110
- Nard — 113
- Neroli — 116
- Palmarosa — 119
- Perilla — 122
- Ravintsara — 126
- Rojovník — 129
- Rozmarýn verbenon — 132
- Růže — 136
- Řebříček — 140
- Santal — 143
- Saturejka — 147
- Skořice — 150
- Šalvěj lékařská — 153
- Šalvěj muškátová — 156
- Třezalka — 159
- Tymián linalol — 162
- Tymián thymol — 165
- Vavřín — 167
- Verbena citronová — 171
- Vetiver — 174
- Ylang ylang — 177
- Yzop — 180

## část třetí — léčebné postupy a receptury

- Postupy a receptury... — 187
- Onemocnění dýchací soustavy — 189
- Onemocnění trávicího traktu,  
poruchy látkové výměny — 195
- Onemocnění kardiovaskulární soustavy — 207
- Péče o chrup a ústní dutinu — 213
- Gynekologické potíže, těhotenství, porod — 216
- Onemocnění urogenitálního traktu — 227
- Kožní onemocnění a péče o pleť — 232
- Psychické a emoční potíže — 241
- Kojenci a malé děti — 248
- Revmatická onemocnění  
a potíže pohybového aparátu — 252
- Různé zdravotní potíže — 254

## část čtvrtá — přehled nemocí a potíží, léčebné použití hydrolátů

- Přehled nemocí a potíží — 259
- Léčebné použití hydrolátů — 273
- Slovníček ájurvédských pojmů — 309
- Literatura — 312
- Doporučená literatura v českém jazyce — 312
- Poděkování — 313