

Obsah

Úvod	3
Zdraví je pro nás vším	5
Každý z nás je lékař i léčitel	7
Jak používat tuto knihu	9
Co nám pomůže, když...	
... máme afty	10
... nás trápí akné	12
... máme alergii	14
... nás trápí angína	16
... užíváme antibiotika	19
... máme potíže při artritidě	21
... nás bolí klouby a máme artrózu	25
... nás trápí astma	28
... nám hrozí ateroskleróza	31
... nás trápí bércový vřed	33
... nás bolí a svědí bodnutí, štípnutí hmyzem	35
... nás sužuje bolí břicho	37
... nás bolest hlavy	39
... nás bolí nohy	41
... nás bolí svaly	42
... nás bolí uši	44
... nás bolí záda	45
... máme cukrovku	47
... máme deprese	51

... chceme provést detoxikaci	55
... máme dnu	57
... máme ekzém	60
... máme hemoroidy	61
... máme zvýšený cholesterol	63
... chraptíme	66
... máme chřipku	67
... jsme chudokrevní	70
... chceme mít silnou imunitu	71
... nám hrozí infarkt myokardu	74
... nás trápí inkontinence	76
... máme potíže s játry	77
... nás trápí kašel	81
... máme kožní potíže, poranění	85
... chceme podpořit krvní oběh	89
... máme krvní tlak nízký	90
... máme krvní tlak vysoký	91
... krvácíme z nosu	93
... máme křečové žíly	94
... máme potíže s ledvinami,	
ledvinovými kameny	96
... máme lupénku	99
... máme lymskou boreliózu	101
... máme menstruační obtíže	103
... nám hrozí mozková mrtvice	105
... máme nadváhu a chceme zhubnout -	107
... nás trápí nadýmání	110

... jsme	nachlazení	112
... nám nechutná –	nechutenství	114
... nás trápí	neploďnost	115
... trpíme	nespavostí	117
... nás trápí	nevolnost	120
... máme	opar, pásový opar	121
... nám hrozí	osteoporóza	123
... trpíme na	otoky	125
... chceme posílit	paměť a koncentraci	126
... nás trápí	paradontóza	129
... nás	pálí žába	130
... máme	peptické vředy	132
... pečujeme o	pleť	133
... máme	plísňovou infekci	136
... máme	popáleniny, spáleniny	137
... máme	od slunce	138
... máme	popraskané ruce a chodidla	139
... máme	a suchou kůži	139
... se příliš	potíme	140
... máme problémy s	prostatou	142
... máme	průjem	144
... jsme v	přechodu	146
... nám hrozí	rakovina	148
... jsme v	rekonvalescenci	153
... máme	rýmu	155
... chceme posílit	slinivku břišní	157
... máme potíže se	srdcem	159

... jsme ve stresu	163
... máme střevní potíže	165
... máme studené ruce a nohy	167
... máme potíže se štítnou žlázou	168
... nás trápí tenisový loket	170
... máme potíže s trávením	172
... pocítujeme únavu	175
... máme poškozené, lámavé, mastné, suché vlasý	177
... máme zácpu	180
... nás sužuje zánět průdušek	182
... máme zánět vedlejších nosních dutin	184
... máme zánět močového měchýře a močových cest	186
... máme potíže se zrakem	188
... máme zvýšenou teplotu, horečku	190
... máme zubní potíže	192
... máme potíže se žaludkem	194
... máme ženské potíže	197
... máme potíže se žlučníkem	199
Zdravé speciality pro labužníky	202
Léčivé speciality pro uzdravení	203
Návody na léčivé postupy	204
Seznam bylin	206
Seznam literatury	207