

Obsah



Jak používat tuto knihu	6
Západní medicína a bylinky	8
Tradiční čínská medicína a bylinky	14
Ajurvédická medicína a bylinky	20
Byliny od A do Z	26
Běžné nemoci od A po Z	30
Jak si vyrobit jednoduché léky z bylin	32
ČÁST PRVNÍ Dýchací ústrojí	37
ČÁST DRUHÁ Zrak, pleť a vlasy	59
ČÁST TŘETÍ Zaživací systém	73
ČÁST ČTVRTÁ City a emoce	99
ČÁST PÁTÁ Kardiovaskulární systém	123
ČÁST ŠESTÁ Svaly, kosti a klouby	143
ČÁST SEDMÁ Močové a pohlavní ústrojí	159
ČÁST OSMÁ Kojenci a děti	189
Sada první pomoci	200
Významový slovník	202
Rejstřík	204
Inzerce	206
Poděkování	208

