

Obsah

Úvod	5
Kouzelné lektvary	6
Domácí lékárnička	7
Pampeliškový med	8
Zázvorový med	8
Babiččin mrkvový sirup na kašel	8
Sedmikráskový sirup	9
Bez černý	10
Heřmánek pravý	14
Měsíček lékařský	16
Kostival lékařský	18
Éterické oleje	19
Mátové kapky	19
Česnek	20
Jablečný ocet	22
Slepičí polévka	23
Zlepšení paměti	24
Únava	25
Spánek a uklidnění	26
Bolení hlavy	28
Uši	30
Oči	32
Nálevy na oči	34
Zuby a dásně	36
Krvácení z nosu	38
Škytavka	39
Prevence proti nachlazení	40
Otužování	41

<i>Nachlazení</i>	41
<i>Prochladnutí</i>	42
<i>Inhalace</i>	44
<i>Zastydlá rýma a zánět dutin</i>	46
<i>Bolest v krku</i>	48
<i>Kašel</i>	50
<i>Nápoje s mlékem proti kašlu</i>	52
<i>Horečka</i>	54
<i>Srdce a krevní tlak</i>	56
<i>Jarní pročištění organismu</i>	58
<i>Pálení žáhy</i>	62
<i>Žaludeční potíže</i>	64
<i>Zácpa</i>	69
<i>Močový měchýř</i>	70
<i>Páteř</i>	74
<i>Bolesti v kříži</i>	76
<i>Revmatické bolesti</i>	78
<i>Křečové žíly</i>	80
<i>Svalové bolesti</i>	82
<i>Bolavé nohy</i>	83
<i>Kuří oka</i>	83
<i>Plíseň nohou a nehtů</i>	84
<i>Opary</i>	86
<i>Pásový opar</i>	86
<i>Problematická pleť</i>	88
<i>Bradavice</i>	89
<i>Opruzeniny</i>	90
<i>Popálení, opaření a spálení</i>	90
<i>Naražení a modřiny</i>	92