

# Obsah

Úvod .....	9
<b>Základy fytotherapie.....</b>	<b>11</b>
Rostliny versus chemie.....	11
Rostlinná léčiva.....	12
Dávkování .....	12
Základní způsoby přípravy.....	13
Obsahové látky rostlin.....	17
Kapsaicin.....	17
Arginin (L-Arginin) .....	18
Citrulin (L-citrulin) .....	18
L-Ornitin-alfa-ketoglutarát (OKG).....	19
Lysin (L-Lysin) .....	19
Nerostlinná afrodisiaka .....	19
Dapoxetin (Priligy) .....	19
Sildenafil (Viagra).....	20
Tadalafil (Cialis).....	20
<b>Povídání o sexu.....</b>	<b>21</b>
Historie afrodisiak.....	21
Co je to láska a touha .....	21
Výběr partnerů.....	21
Už nám není dvacet.....	22
Trénování erekce a penisu.....	23
Druhy afrodisiak .....	23
Alkohol .....	23
Pokrmy (strava).....	24
Minerální látky.....	24
Oleje a masti .....	25
Kouř .....	25
Syntetické látky.....	25
Co se očekává od afrodisiak.....	26
Dělení afrodisiak .....	27
• Tonizující .....	27
Stimulující.....	27
Působící na hormony a psychiku .....	27

Sugesce jako afrodisiakum .....	28
Feromony .....	28
Vůně .....	29
Barvy .....	30
Podmínky pro sex .....	30
Co škodí sexu .....	31
Pomůcky pro sex .....	31
Pohlavní nemoci .....	32
Shrnutí .....	32
<b>Rostlinná afrodisiaka.....</b>	<b>33</b>
Acai berry.....	35
Agave americká .....	36
Ananasovník chocholatý.....	37
Andělíka čínská (Děhel čínský) .....	38
Artyčok zeleninový .....	39
Bavlník bylinný .....	40
Bazalka pravá.....	41
Bedrník anýz .....	42
Brukev černá .....	43
Bujarník yohimbe .....	44
Cibule kuchyňská .....	45
Čajovník čínský .....	46
Česnek setý .....	47
Damiána .....	48
Eleuterokok ostnatý .....	49
Gumojilm jilmový .....	50
Gynostema pětilistá .....	51
Hruškovec přelahodný (Avokádo) .....	52
Hřebíčkovce vonný .....	53
Chmel otáčivý .....	54
Chřest obecný .....	55
Ibišek sudánský .....	56
Jasmín sambakový .....	57
Jinan dvoulaločný .....	58
Jujuba čínská (Cicimek datlový).....	59
Jírovec maďal .....	60
Kakaovník pravý .....	61
Kananga vonná (ylang-ylang) .....	62

Kardamovnik obecný .....	63
Kávovník arabský .....	64
Klanopraška čínská .....	65
Kopřiva dvoudomá .....	66
Koriandr setý .....	67
Kotvičnick zemní .....	68
Kustovnice čínská (Goji) .....	69
Levandule lékařská .....	70
Lékořice lysá .....	71
Libeček lékařský .....	72
Maca (Žerucha peruánska).....	73
Máta peprná .....	74
Mířík celer .....	75
Mučenka pletní.....	76
Muiru puama .....	77
Ostružiník křovitý .....	78
Pačule obecná .....	79
Paprika roční - var. Chilli .....	80
Paulinie nápojná .....	81
Pepř černý .....	82
Petržel kadeřavá, Petržel zahradní .....	83
Pivoňka lékařská .....	84
Pupečník asijský .....	85
Réva vinná .....	86
Rozchodnice růžová .....	87
Rozmarýn lékařský .....	88
Ředkev černá.....	89
Saturejka zahradní.....	90
Skořicovník cejlonský.....	91
Smilax lékařský .....	92
Šafrán setý.....	93
Šalvěj muškátová .....	94
Škornice velkokvětá.....	95
Třezalka tečkovaná .....	96
Tykev obecná .....	97
Tymián obecný.....	98
Voňatka citronová (Citronová tráva) .....	99
Všehož ženšenový .....	100

Whitanie opojná .....	101
Yzop lékařský .....	102
Zázvorovník lékařský.....	103
Zlatobýl obecný (celík) .....	104
<b>Příprava afrodiziak.....</b>	<b>105</b>
<b>Recepty.....</b>	<b>105</b>
Afrodiziakální aperitiv.....	106
Avokádové afrodiziakum .....	106
Erektíl.....	107
Harmonie.....	107
Kakaové potěšení .....	108
Kapky lásky .....	108
Pivoňkové vzrušení .....	109
Potencík .....	109
Povzbuzení .....	110
Přítahovák .....	110
Sexan .....	111
Sexes.....	111
Spermík .....	112
Topořák.....	112
Touha .....	113
Vášeň .....	113
Víno lásky .....	114
Žhavá vášeň.....	114
Žhavá noc .....	115
Žhavé polibky .....	115
<b>Afrodiziakální aromaterapie.....</b>	<b>116</b>
Erotický kouř.....	116
Vůně lásky.....	116
Vůně něhy .....	117
Vůně noci .....	117
Vůně touhy .....	118
Vůně vášně .....	118
<b>Závěrečné povídání.....</b>	<b>119</b>