

Spis treści

Przedmowa	IX
Przedmowa do wydania polskiego	XI
Wstęp	1
Baza dowodów dla leków roślinnych	11
Jak korzystać z zamieszczonych opisów?	21
Aloes zwyczajny (żel)	25
Arnika górська	29
Aszwaganda	32
Babka lancetowata	36
Bakopa	38
Baobab	42
Bazyliа азjatycka	45
Bluszcz	49
Boldo	52
Borówka, borówka amerykańska	55
Brzoza srebrna, brzoza puchowa	59
Cebulica	63
Centuria	65
Chmiel	68
Cynamon chiński	72
Cytryniec	77
Czarci pazur	81
Czarny bez	84
Czerwona koniczyna	88
Czerwony liść winorośli	91
Czosnek	94
Damiana	98
Dynia	102
Dzika sałata	105
Dzikie indygo	107
Dziurawiec	109
Dziurawiec	114
Eukaliptus	119
Głóg	122
Goryczka żółta	125

Gorzka tykwa	128
Gorzchnik kanadyjski	131
Graviola (flaszowiec miękkościernisty)	135
Hoodia gordonii (Masson) Sweet ex Decne i inne gatunki Hoodia	137
Imbir lekarski	141
Ipekakuana	146
Jagody acai	149
Jeżówka	152
Johimba	156
Kalina koralowa	159
Kalmegh	161
Karczoch	165
Kasztanowiec	169
Kola błyszcząca	171
Konopie	174
Koper włoski	178
Kora sosny nadmorskiej	182
Kora wierzby	185
Kurkuma	189
Kwiat hibiskusa	194
Lakownica żółtawa	197
Lapacho	200
Lawenda	204
Lepiężnik	210
Liść maliny	213
Lobelia	216
Lukrecja	218
Łopian	222
Łupina nasienna babki jajowatej, łupina nasienna Psyllium	225
Maca	230
Mącznica lekarska	233
Malwa	236
Melisa	238
Mięta pieprzowa	242
Miłorząb japoński	246
Mniszek lekarski	252
Morszczyn	256
Myszopłoch kolczasty	261
Nagietek lekarski	264
Nawłóć pospolita	267
Neem	270
Niepokalanek	274
Noni	279
Oczar	284
Olejek z drzewa herbacianego	289
Opuncja	292
Ostropest plamisty	295
Owies	299
Owoc dzikiej róży	304

Palma sabalowa	308
Papryka chili	311
Passiflora/męczennica	314
Pelargonja	318
Pestki winogron (winorośl właściwa)	321
Piwonia	325
Pluskwica groniasta	329
Pokrzywa	334
Rodiola	339
Rokitnik	343
Rozmaryn	346
Rumianek	351
Rumianek rzymski	355
Shatavari	357
Siemię lniane	361
Skrzyp	367
Spirulina	370
Strączyniec	373
Szałwia	377
Szparag lekarski	380
Świerk pospolity	383
Tarczycza	386
Tongkat Ali	390
Traganek błoniasty	394
Tymianek	397
Wąkrotka azjatycka	401
Waleriana	404
Werbena	408
Wiąz śliski	411
Wiesiołek dwuletni	414
Zielona herbata (herbata chińska)	419
Złocien maruna	424
Żeń-szeń	427
Żeń-szeń syberyjski	432
Żurawina	435
Żywokost	439
Skorowidz	445