

SPIS TREŚCI

Uzdrowiska polskie (mapa 1:3 000 000)	Wyklejka przednia
Od Wydawnictwa	3
Spis treści	4-5
Przybliżone odległości kolejowe i drogowe między wybranymi miastami a uzdrowiskami (tabela)	6-7
Objaśnienia znaków	8-16
Objaśnienia ważnych skrótów	16

LECZNICTWO UZDROWISKOWE

Ogólne zasady kierowania na leczenie uzdrowiskowe	17-18
Kierunki leczenia (tabela)	19-21
Podstawowe zabiegi lecznicze (tabela)	22-24
Lecznicze wody mineralne i lecznicze produkty uzdrowiskowe (tabela)	25-27

UZDROWISKA	Okolice dalsze (mapa 1:500 000)	Okolice bliższe (mapa 1:90 000 z opisem lub sam opis)	Uzdrowisko (plan z opisem)
Augustów	90-91	91, 94-95	90-93
Busko-Zdrój	234	238, 240	234-237, 239-240
Ciechocinek	95	106-107	102-107
Cieplice	129	142-143, 145-146	138-141, 144-145
Czarniawa-Zdrój	129	136-138	129-131
Długopole-Zdrój	169	194, 196-198	193-195
Duszniki-Zdrój	169	180-184	174-179, 182
Dziwnówek	28	44-46	42-43
Dźwirzyno	54	62-65	54-56
Goczałkowice-Zdrój	205	212-214	209-213
Horyniec	244	248-249	245-248
Inowrocław	95	100-101	95-99
Iwonicz-Zdrój	295	301-304	295-298
Jastarnia	79	83	79-81
Jastrzębie-Zdrój	205	209	205-209
Jedlina-Zdrój	154	164-165	159, 162-164
Jurata	79	83	81-82
Kamień Pomorski	28	49, 52-53	47-48, 50-51
Kołobrzeg	54	62-65	57-62, 64
Konstancin	110	114	110-114
Kowary	129	150-153	147-150
Krynica	256-257	281, 284-286	278-283
Kudowa-Zdrój	169	180-184	169-174
Lądek-Zdrój	169	203-204	198-202
Łeba	64-65	76-78	73-75
Łukęcin	28	44-46	43, 46
Międzywodzie	28	44-46	40-41
Międzyzdroje	28	37-39	33-36
Muszyń	256-257	281, 284-286	274, 276-278
Nałęczów	115	119-121	114-119
Piwniczna	256-257	268-269	265-267, 269
Polanica-Zdrój	169	190-193	184-189, 192
Polańczyk	305	308-311	305-308
Połczyn-Zdrój	84	88-89	84-87

UZDROWISKA	Okolice dalsze (mapa 1:500 000)	Okolice bliższe (mapa 1:90 000 z opisem lub sam opis)	Uzdrowisko (plan z opisem)
Przerzeczyn-Zdrój	154	167-168	166-167
Rabka	249	254-256	250-253
Rymanów-Zdrój	295	301-304	298-301
Solec-Zdrój	234	243-245	241-242, 244
Swoszowice	222	224-228	223-225
Szczawnica	256-257	262-264	257-263
Szczawno-Zdrój	154	158-161	154-158
Świeradów-Zdrój	129	136-138	132-136
Świnoujście	28	37-39	29-33
Trzebnica	122	126-128	122-125, 128
Ustka	64-65	69-72	66-68
Ustroń	205	220-222	215-219, 221
Wapienne	256-257	291-294	290-291
Wieliczka	222	232-233	228-231
Wieniec-Zdrój	95	109	108-109
Wysowa	256-257	288-290	286-287, 289
Złockie	256-257	281, 284-286	271, 274-275
Żegiestów-Zdrój	256-257	281, 284-286	270-273
Polskie uzdrowiska potencjalne (mapa 1:3 000 000)			Wyklejka tylna