

SPIS TREŚCI

Wstęp	5
GŁOWA, USZY, OCZY	7
Bóle głowy	7
Ból ucha	9
Głuchota	10
Niedowidzenie	12
Szumy w uszach	12
Zapalenie spojówek	15
Zawroty głowy	16
UKŁAD ODDECHOWY	19
ANGINA	19
Astma oskrzelowa	20
Bóle gardła	23
Chrypka	24
Gorączka	26
Grypa	28
Kaszel	29
Katar	32
Krwawienia z nosa	34
Stany zapalne w obrębie jamy ustnej	35
Zapalenie ślinianek	36
SERCE, UKŁAD KRAŻENIA	39
Arytmia serca	39
Cholesterol – wysoki poziom we krwi	41
Dusznica bolesna	42
Miażdżyca naczyń	45
Nadciśnienie tętnicze	46
Niedociśnienie tętnicze (podciśnienie)	48
Omdlenie	50
Zaburzenia układu krążenia	51
Żylaki	53
UKŁAD POKARMOWY I GRUCZOŁY WYDZIELANIA WE- WNĘTRZNEGO	57
Biegunka	57
Cukrzyca	59
Choroba refluksowa (zgaga)	60

Hemoroidy	63
Nadkwaśność	65
Odtruwanie organizmu	67
Otyłość	70
Robaczycza	72
Schorzenia tarczycy	73
Schorzenia wątroby	74
Zaburzenia trawienia	77
Zapalenie trzustki	80
Zaparcie	80
UKŁAD MOCZO-PŁCIOWY	83
Dna moczanowa	83
Kamica dróg moczowych	86
Mięśniaki	88
Moczenie nocne	89
Zaburzenia potencji	91
Zapalenie cewki moczowej	95
Zapalenie gruczołu krokowego (prostaty)	96
Zapalenie pęcherza moczowego	98
STAWY, KOŚCI, MIĘŚNIE	100
Bóle kręgosłupa	100
Zapalenie zeszytniające kręgosłupa	103
Ból stawów ręki	103
Ból stawu kolanowego	104
Ból stawu ramieniowego	106
Gościec	108
Kurcze mięśni	111
Naderwanie i zerwanie ścięgna	112
Obrzęki stawów	114
Osteoporoza	115
Ostrogi kości piętowej	118
Przepuklina pachwinowa	118
Reumatyzm	120
UKŁAD NERWOWY	123
Bezsensowność	123
Epilepsja (Padaczka)	124
Migrena	125
Nadmierna Potliwość	126
Nerwice	127

Nerwoból (Neuralgia).....	130
Półpasiec	132
Rwa Kulszowa	133
Stwardnienie Rozsiane.....	136
Tiki.....	137
CHOROBY SKÓRY	139
Alergia	139
Brodawki.....	142
Czyraki.....	144
Długotrwałe sączące się rany.....	145
Egzema.....	147
Grzybica skóry	149
Liszaje.....	150
Łuszczyca.....	151
Odciski	153
Odleżyna	154
Oparzenia	155
Trądzik pospolity	155
Ukąszenia.....	157
Wrzody.....	158
Zranienia i skaleczenia.....	161
LECZNICZE ROZMAITOŚCI.....	163
Lecznicze właściwości warzyw	163
Z apteki natury – oleje i olejki	171
Kuracja wodą	175
Kuracja bursztynem	179
Kuracja kitem pszczelim.....	181
Kuracja berberysem	182
Kuracja żywokostem.....	183
Kuracja octem jabłkowym	184
Wpływ pogody na zdrowie.....	185
Domowa krioterapia	187
Co mówi twój język?	187
Co słyszało ucho?	189
Zdrowie w twoich rękach	192
Chelatowanie	194
Wykaz ważniejszych roślin występujących w receptach wraz z ich nazwami łacińskimi.....	196
STREFY REFLEKSYJNE I ODPOWIADAJĄCE IM NARZĄDY	199