

Spis treści

<i>Słowo od eksperta</i>	9
<i>Przedmowa</i>	13
Bylica roczna? A cóż to takiego?.....	13
<i>Wstęp</i>	14
Lokalna uprawa bylicy rocznej.....	16
Samodzielna uprawa bylicy rocznej	18
Rozdział 1 Cudowna roślina	19
Historia i botanika.....	19
Pochodzenie i obszar uprawiania	20
Właściwości rośliny.....	22
Domowa uprawa bylicy rocznej	24
Zbiory i przetwarzanie	28
Rozdział 2 Składniki cudownej rośliny	30
Minerały i mikroelementy.....	30
Białko.....	31
Witaminy.....	33
Błonnik pokarmowy.....	33
Przeciwutleniacze	34
Olejki eteryczne.....	37
Substancje gorzkie.....	40

Rozdział 3 Bylica roczna dla zdrowia	42
Bylica roczna jako adaptogen.....	42
Działanie.....	45
Walka z malarią.....	48
Artemizyna jako substancja aktywna.....	51
Malaria w Europie?.....	52
Aktywna ochrona przed malarią	58
Lecznicze działanie bylicy rocznej.....	60
Obszary zastosowań	61
AIDS/HIV.....	61
Alzheimer/demencja.....	61
Zapalenie stawów	61
Asthma	63
Zapalenie spojówek	63
Acydoza (kwasica).....	63
Infekcje bakteryjne.....	64
Zakażenia układu moczowego	64
Borelioza.....	64
Koronawirus i COVID-19	65
Cukrzyca	67
Biegunka.....	67
Stany zapalne.....	67
Epilepsja	67
Hemoroidy.....	68
Choroby skóry.....	68
Wysokie ciśnienie krwi.....	69
Układ odpornościowy	69
Nowotwory.....	69
Problemy żołądkowe	70
Malaria	70
Bóle menstruacyjne.....	70
Choroba Parkinsona	71
Infekcje grzybicze	71
Leczenie zwierząt.....	72
Układ trawienny	72

Oczyszczanie wody.....	72
Pasożyty.....	73
Rany.....	73
Cukrzyca, borelioza i nowotwory.....	76
Jak walczyć z cukrzycą typu 1.....	76
Czy bylica roczna jest skuteczna także w przypadku cukrzycy typu 2?	78
Zwalczanie boreliozy.....	79
Jak stawić czoła nowotworom?.....	86
Czy cała roślina ma właściwości lecznicze?	92
Recepta dla chorych na raka	93
Przykłady i wyniki badań klinicznych	95
Rozdział 4 Część praktyczna.....	99
Stosowanie bylicy rocznej.....	99
Napar czy proszek?	100
Stopniowe zwiększanie dawki.....	103
Smoothie i kawa	104
Sporządzanie maści z bylicy rocznej	105
Przepisy z bylicą roczną.....	107
Borelioza	107
Grzybica jamy ustnej.....	107
Kaszel	108
Przepis ANAMED na leczenie nowotworów	108
Pasożyty.....	108
Rozdział 5 Bylica roczna i co dalej?	110
Zielona żywność	113
Autentyczne zdrowie i nowe zagrożenia.....	115
Podstępne antybiotyki	117
Nieznane drobnoustroje	119
Wybrane strony internetowe.....	122
Źródła i polecane książki.....	123
Przypisy.....	126

Dodatek	131
Artemisia (Bylica)	133
Aktywność antybakteryjna	134
Przygotowanie i dawkowanie.....	137
Właściwości Artemisii.....	139
Inne aktywności.....	141
Zastosowanie w leczeniu	142
Gdzie szukać bylicy	144
Skutki uboczne i przeciwwskazania.....	144
Interakcje z innymi ziołami i lekami	145
Siedlisko i wygląd	146
Uprawa i zbiór.....	146
Chemia rośliny.....	148
Ostrzeżenie dotyczące boreliozy.....	149
Tradycyjne zastosowania Artemisii	150
<i>Ajurveda</i>	151
<i>Tradycyjna medycyna chińska</i>	152
<i>Zachodnia praktyka botaniczna</i>	152
Artemizynina w innych artemezjach.....	152
Badania naukowe.....	153
Działanie przeciwnowotworowe	156
<i>Oporność na artemizyninę</i>	157
Całe zioło a artemizynina.....	157