

Obsah

Předmluva od Michaela Tierra, L.Ac., OMD	5
Předmluva od Z'ev Rosenberga, L.Ac.	7
Úvod	9
Poděkování	11
Předmluva	13

Metody a hodnocení

Chápání našich bylinek z hlediska čínské medicíny	20
Výroba bylinných léčiv	32

Herbář

Bylinky, které hojí rány (povrch)	44
Bylinky, které pročišťují horko	77
Bylinky, které stahují	133
Bylinky, které odstraňují vlhko	138
Bylinky vyhánějící vítr a vlhko	150
Bylinky, které přeměňují hlen a zastavují kašel	165
Bylinky, které aromaticky vysušují vlhko	176
Bylinky, které regulují čchi	180
Bylinky, které regulují krev	191
Bylinky, které prohřívají a vyhánějí chlad	206
Bylinky, které doplňují	210
Bylinky, které stabilizují	231
Bylinky, které uklidňují	239
Bylinky, které odstraňují vítr	266

Dodatky

Dodatek I: Západní obdoba čínských bylin	272
Dodatek II: Abecední seznam bylin řazený podle českých názvů	277
Dodatek III: Abecední seznam bylin řazený podle latinských názvů	283
Glosář výrazů z oblasti čínské medicíny	289
Poznámky	301
Bibliografie	307
Rejstřík	313