

## O B S A H



ÚVOD .....	5
SBĚR LÉČIVÝCH ROSTLIN .....	5
SUŠENÍ LÉČIVÝCH ROSTLIN .....	6
ZPRACOVÁNÍ LÉČIVÝCH ROSTLIN .....	7
NEBEZPEČÍ FYTOTERAPIE .....	8
BYLINNÉ ČAJE - příprava .....	9
- speciální směsi .....	10
- dávkování, podávání .....	11
LÉČIVÉ ÚČINKY ZELENINY A OVOCE .....	13
LÉČIVÉ ÚČINKY ROSTLINNÝCH ŠTÁV .....	15
LÉČIVÉ ÚČINKY OVOCNÝCH ŠTÁV .....	17
BYLINNÉ KOUPELE .....	18
JARNÍ BYLINNÉ KÚRY .....	19
POUŽITÍ LÉČIVÝCH ROSTLIN PŘI NĚKTERÝCH ONEMOCNĚNÍCH .....	21
PŘEHLED LÉČIVÝCH ROSTLIN (doba sběru, užívaná část, způsob sušení, způsob použití, účinky) .....	36
PŘEHLED ČESKÝCH A SLOVENSKÝCH NÁZVŮ .....	52