

Obsah

Úvod	3
Význam LAKR	4
Charakteristika LAKR	4
Zdroje LAKR	8
Rozdělení LAKR podle různých kritérií	9
Vliv prostředí na obsahové látky LAKR	13
Teplota	13
Světlo	14
Voda	15
Výživa	17
Přípravky z léčivých rostlin	18
Základy fytoterapie	21
Fytoterapie při obezitě	22
Fytoterapie při cukrovce	26
Fytoterapie při onemocněních dutiny ústní	29
Fytoterapie při onemocnění jater	32
Fytoterapie při onemocnění žlučových cest	35
Fytoterapie při onemocnění dýchacích cest	37

Přehled o nejčastěji využívaných druzích LAKR pěstovaných a sbíraných na území ČR 41

Bazalka pravá	41
Bez černý	43
Bříza bělokorá	45
Heřmánek pravý	47
Kmín kořený	49
Levandule úzkolistá	53
Lípa velkolistá, lípa srdčitá (syn. lípa malolistá)	55
Máta peprná	57
Meduňka lékařská	59
Ostropestřec mariánský	61
Saturejka zahradní	63
Šalvěj lékařská	65
Třapatka nachová (syn. echinacea, rudbekie)	67
Tymián obecný	69