

Obsah

Úvod	5	Jmelí listnáčové	161
1. Rostliny s adaptogenními účinky	7	Kalísie voňavá	162
1.1 Rostlinné adaptogeny a jejich význam	7	Katarantus růžový	165
1.2 Jednotlivé druhy rostlin	8	Lapačo	167
Aralkovité rostliny	6	Lesklokorka lesklá	170
Eleuterokok ostnitý	21	Outkovka pestrá	172
Housenice čínská	25	Penízovka sametonohá	174
Kotvičník zemní	27	Pornatka kokosová	176
Kustovnice čínská	30	Réva vinná	178
Leuzea saflorová	35	Rezavec šikmý	181
Pazvonek chloupkatý	39	Svízel syřišťový	184
Pupečník asijský	44	Tis	185
Rozchodnice růžová	47	Vlastovičník větší	186
Schizandra čínská	50	3.3 Některé aktivní látky v rostlinách	189
Tinospora srdčitá	55	Vitaminy	189
Vitánie snodárná	57	Vitamin A	190
Ženšen	60	Vitaminy skupiny B	190
Méně významné druhy	72	Vitamin C	192
		Vitamin D	193
		Vitamin E	194
2. Rostliny ovlivňující základní životní funkce	77	Minerální látky	195
2.1 Životní procesy v organismu	77	Selen	195
2.2 Jednotlivé druhy rostlin	81	Zinek	196
Brutnák lékařský	81	Hořčík	196
Česnek kuchyňský	85	Další aktivní látky	197
Děhel čínský	88	Enzymy	197
Jinan dvoulaločný	91	Flavonoidy	198
Kozinec blanitý	94	Glukany	199
Barevná příloha	97	Chalkony	200
Morinda citrolistá	113	Kapsaicin	201
Puerarie laločnatá	116	Koenzym Q 10	201
Pupalka dvouletá	118	Mumio	203
Rakytník řešetlákový	121	Oleuropein	204
Stevie sladká	125	Resveratrol	204
Šišák bajkalský	130	Skvalen	205
Třapatka	153	Vláknina	206
Vílkakora	135		
3. Rostliny a rakovina	140	Přílohy 1 – Přehled fyziologických a biochemických hodnot	207
3.1 Rakovina a možnosti léčby	141	Příloha 2 – Základní principy tradiční čínské medicíny	208
3.2 Rostliny omezující nádorové bujení	147	Použitá literatura	209
Aloe pravá	147	Rejstřík latinských jmen rostlin	210
Čajovník čínský	150	Rejstřík jmenný	214
Hlíva ústříčná	154	Rejstřík věcný	218
Houževnatec jedlý	157		