

# Sadržaj

Uvod	7
<b>1. Osnovno o fitoterapiji i aromaterapiji</b>	<b>7</b>
1.1 O fitoterapiji	9
1.2 Sustavi liječenja biljem u svijetu	9
1.3 Pčelinji proizvodi	10
<b>2. Ljekoviti pripravci od bilja i meda (izrada i korištenje)</b>	<b>19</b>
2.1 Alergije	19
2.2 Anemija	23
2.3 Arterioskleroza i ateroskleroza	24
2.4 Artritis i reumatoidni artritis	25
2.5 Artroza ili osteo artroza zgloba	30
2.6 Astma	32
2.7 Bronhitis, bronhijalna astma, kašalj, pluća i promuklost	35
2.8 Bubrezi i mokraćni putevi	47
2.9 Cirkulacija	51
2.10 Čišćenje (detoksikacija)	51
2.11 Depresija	58
2.12 Giht	59
2.13 Glavobolja i migrena	61
2.14 Gripa, prehlada, grlobolja	64
2.15 Groznica	69
2.16 Hemoroidi	70
2.17 Herpes zoster	70
2.18 Imunitet	71
2.19 Infarkt	74
2.20 Infekcije	75
2.21 Išijas	77
2.22 Izlučivanje mokraće	78
2.23 Jetra	78
2.24 Koronavirusi	81
2.25 Koža i kožni problemi	82
2.26 Kralježnica	84
2.27 Krv, krvna slika, krvne žile	85

2.28	Kurje oči i bradavice	88
2.29	Masnoće u krvi	91
2.30	Menstrualne tegobe	94
2.31	Mozak, moždani udar i moždane bolesti	95
2.32	Nesanica	98
2.33	Nos	99
2.34	Osteopenija i osteoporozna	100
2.35	Probava	101
2.36	Proljev (dijareja) i zatvor (opstipacija)	104
2.37	Prostata	106
2.38	Rak	106
2.39	Reuma, zglobovi, kosti	108
2.40	Sinusi	109
2.41	Slijepo crijevo	111
2.42	Srce i krvne žile	111
2.43	Šećerna bolest (dijabetes)	116
2.44	Štitnjača	120
2.45	Tlak	125
2.46	Trovanje otrovnim biljem i hranom	129
2.47	Ugriz i ubod insekata	130
2.48	Uho	131
2.49	Upale	132
2.50	Virusi, bakterije i paraziti	136
2.51	Vodena bolest	139
2.52	Želudac i crijeva	141
2.53	Živčane bolesti i emotivni poremećaji	144
2.54	Žuč	149
2.55	Žučni kamenci	150
<b>3.</b>	<b>Vitamini, minerali i metali (značenje za zdravlje)</b>	<b>153</b>
3.1	Vitamini	153
3.2.	Minerali i metali	156
<b>4.</b>	<b>Značenje vode za zdravlje</b>	<b>158</b>
	Literatura	163
	Indeks opisa bolesti i pripravaka za liječenje	164
	Bilješka o autoru	167