

# 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