

100 ROŚLIN, KTÓRE LECZA

Arnika górską	6	Granat właściwy	64
Babka płesznik	8	Hyzop lekarski	66
Barszcz zwyczajny	10	Jałowiec pospolity	68
Bez czarny	12	Jasnota biała	70
Bluszcz pospolity	14	Jastrzębiec kosmaczek	72
Bobrek trójlistkowy	16	Jaśmin lekarski	74
Bodziszek cuchnący	18	Kasztan jadalny	76
Borówka czarna	20	Kasztanowiec zwyczajny	78
Brzoza brodawkowata	22	Kminek zwyczajny	80
Burak liściowy (botwina)	24	Kocanka	82
Bylica piołun	26	Krwawnica pospolita	84
Bylica pospolita	28	Krwawnik pospolity	86
Centuria pospolita	30	Kuklik pospolity	88
Chaber bławatek	32	Lawenda wąskolistna	90
Chmiel	34	Lebiodka pospolita	92
Chruścina jagodna	36	Len zwyczajny	94
Cykoria podróżnik	38	Leszczyna pospolita	96
Czarna porzeczka	40	Lipa	98
Czarnuszka siewna	42	Macierzanka piaskowa	100
Czaber górski	44	Macierzanka tymianek	102
Dąb szypułkowy	46	Mak polny	104
Dymnica pospolita	48	Malina właściwa	106
Dziewanna drobnokwiatowa	50	Marchew	108
Dziurawiec zwyczajny	52	Mącznica lekarska	110
Eukaliptus	54	Melisa lekarska	112
Fenkuł (koper) włoski	56	Mierznica czarna	114
Figowiec pospolity	58	Mięta	116
Glistnik jaskółcze ziele	60	Migdałowiec pospolity (śliwa migdał)	118
Goryczka żółta	62	Mirt zwyczajny	120



620 200467

F5

2022K7



Mniszek pospolity	122	Ślacz dziki	180
Mydlnica lekarska	124	Śliwa tarnina	182
Myszopłoch koleczasty	126	Tasznik pospolity	184
Nasturcja	128	Topola czarna	186
Niepokalanek pospolity	130	Wawrzyn szlachetny	188
Nostrzyk żółty	132	Werbena pospolita	190
Ogórecznik lekarski	134	Wiązówka błotna	192
Oliwka europejska	136	Wilżyna ciernista	194
Orzech włoski	138	Winorośl właściwa	196
Owies	140	Wiśnia ptasia	198
Ożanka właściwa	142	Wrzos zwyczajny	200
Pierwiosnek lekarski	144	Ziarnopłon wiosenny	202
Pięciornik gęsi	146	Żywokost lekarski	204
Podbiał pospolity	148		
Pokrzywa zwyczajna	150	Przewodnik początkującego zielarza	207
Por	152	Właściwości terapeutyczne roślin	215
Poziomka pospolita	154	Mały słownik terminów botanicznych	219
Przelot pospolity	156	Indeks dolegliwości i chorób	220
Przywrotnik pospolity	158	Indeks roślin	222
Rosiczka okrągłolistna	160		
Rozmaryn lekarski	162		
Róża dzika	164		
Rukiew wodna	166		
Rzepik pospolity	168		
Sadziec konopiasty	170		
Sasanka zwyczajna	172		
Sosna zwyczajna	174		
Szanta zwyczajna	176		
Szarańczyn strąkowy	178		

OSTRZEŻENIE

Wydawca i autorzy nie ponoszą żadnej odpowiedzialności za jakiegokolwiek niepożądanego skutki wykorzystania środków leczniczych opisywanych w niniejszej książce. Ten album nie jest podręcznikiem medycznym, a jedynie ogólnym przewodnikiem wprowadzającym w świat ziół. Nie należy przekraczać zalecanego dawkowania oraz samodzielnie przedłużać czasu kuracji. Wspomaganie zdrowia ziołami nie zastąpi leczenia prowadzonego przez lekarza. W przypadku przewlekłej choroby przed zastosowaniem danej rośliny leczniczej należy bezwzględnie skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą.