

NA KAŽDÚ CHOROBU EXISTUJE LIEK

Cieľom nasledujúceho prehľadu je pomôcť čitateľom spoznať tie rastliny, pomocou ktorých môžu predísť ochoreniu alebo ho liečiť. Zároveň chceme poskytnúť transparentný návod, pomocou ktorého sa možno rýchlo zorientovať v odporúčaníach a radách ponúkaných v tejto knihe.

Acetónia	v detstve sa vyskytujúce poruchy systému tekutín v organizme; medový čaj (ako vodná kúra), zemiaky (zmierňujúci účinok)
Afta	čučoriedky, moruše, mrkva
Akné	púpava, kapusta, repka, hlávkový šalát
Alkoholizmus	kapusta, petržlen, červená paprika, pór
Anorexia	pozri Nechutenstvo
Artérioskleróza	jablko, ananás, artičoka, citrón, čerešne, orechy, čučoriedky, cesnak, jahody, valeriánka, cibuľa, kapusta, mandle, slnečnica (olej), paradajka, červená paprika, pór, mrkva, slivka, sója, hrozno (olej z jadier)
Astma	cibuľa, kapusta, petržlen, čierna redkovka, šalát, mrkva, chren, trebuška
Bolesť hlavy	jablko, citrón, čerešne, fenikel, korenie (majoránka, mäta, rozmarín), kapusta, mandle, slnečnice, červená paprika, čierna redkovka
Bolesť hrdla	pozri Zápal hrtanu, Zápal mandlí, Zápal hrdla
Bolesť nervov	pozri Neuralgia
Bronchitída	pozri Katar dýchacích ciest, Kašeľ
Búšenie srdca, zrýchlené	korenie (mäta, rozmarín), kapusta, mandle, baklažán, šalát, špargľa
Celulitída	zemiaky, púpava, petržlen
Cirhóza pečene	cibuľa, kapusta, červená paprika
Cukrovka	artičoka, fazuľa, zemiaky, čakanka, cicer, topinambur, orechy, moruša, vľč bôb, čučoriedky, púpava, cibuľa, kapusta, lieskové orechy, olivy, šalát, špargľa, rohovník (svätojánsky chlieb), sója, zelená fazuľa, žerucha
Červienka	pozri Hnačka
Červy	jablko, citrón, cicer, orechy, fenikel, cesnak, granátové jablko, cibuľa, kapusta, lieskové orechy, petržlen, pór, rebarbora, mrkva, tekvica, žerucha
Čierny kašeľ	dula, cesnak, kapusta, čierna redkovka, šalát, chren
Črevná infekcia	pozri Hnačka, Zápal hrubého čreva
Črevný katar	pozri Hnačka
Črevné parazity	pozri Červy

Črevné problémy	pozri Plynatosť, Hnačka, Zápcha, Zápal hrubého čreva
Črevný zápal	pozri Hnačka, Zápal hrubého čreva
Diabetes	pozri Cukrovka
Depresia	jablko, koreniny (tymian, mäta, rozmarín, šalvia), marhuľa, kapusta, slivka
Dna	ananás, artičoka, čakanka, citrón, čerešne, topinambur, fenikel, čierne ribezle, cesnak, jahody, púpava, marhuľa, kapusta, hruška, maliny, mišpuľa, olivy, paradajky, petržlen, červená paprika, pór, repka, čierna redkovka, ribezle, šalát, žltý melón, mrkva, slivka, hrozno, chren, trebulka, uhorka, zeler, zelená fazuľa
Dojčenie, nedostatok mlieka	cícer, topinambur, fenikel (aj formou čaju), šošovica, mandle, mrkva
Dojčenie, zastavenie tvorby mlieka	artičoka, petržlen, trebulka
Oýchvičnosť	citrón, fenikel, korenie (majoránka, mäta, oregáno)
Edém	cesnak, cibuľa, kapusta, petržlen, repka, hrozno, trebulka
Furunkulus	figa, púpava, kapusta, mangold, olivy, šalát, mrkva, hrozno
Hladina cukru, zvýšená	pozri Diabetes
Hltan, katar	citrón, moruša (nezrelé plody), čučoriedky, cesnak, cibuľa, kapusta
Hnačka	jablko, dula, zemiak, citrón, orechy, moruša, čučoriedky, čierne ribezle, cesnak, černice, figový kakus, jedlé gaštany, granátové jablko, marhuľa, kapusta, hruška, bób, mišpuľa, petržlen, rebarbora, mrkva, svätovýňský chlieb, tekvica, brusnice
Hnisanie	púpava, kapusta, olivy, chren
Horúčka	jablko, citrón, baza čierna, cesnak, figa, grapefruit, cibuľa, kapusta, maliny, pomaranč, petržlen, ribezle, mrkva, hrozno, uhorka
Cholesterol, zvýšená hladina	jablko, artičoka, čakanka, citrón, cuketa, čerešne, orechy, fenikel, púpava, cesnak, dula, kapusta, hruška, slnečnica (olej), olivy (olej), broskyňa, petržlen, červená paprika, pór, žltý melón, sója (olej), hrozno (olej z jadier), trebulka, žerucha
Chrípka	cvikla, citrón, baza čierna, kapusta, pomaranč
Infekcia močových ciest	pozri Katar močového mechúra
Ischias	pozri Zápal kĺbov, Reuma, chronická
Kašeľ	dula, moruša, cesnak, figa, cibuľa, mandle, hrozienka, červená paprika, repka, redkovka, šalát, mrkva, svätovýňský chlieb, zeler
Katar dýchacích ciest	jablko, citrón, moruša, piniové oriešky, figa, valeriánka, cibuľa, dula, kapusta, mandle, hrozienka, šalát, repka, čierna redkovka, špargľa, mrkva, svätovýňský chlieb, chren, trebulka, uhorka, žerucha

Katar močového mechúra	avokádo, mangold, orechy, fenikel, figa, cibuľa, cesnak, kapusta, mango, pór, repka, mrkva
Kĺbové ochorenie	pozri Reuma, chronická
Kožné ochorenia	citron, orechy, vľô bôb, jahody, púpava, kapusta, maliny, mandle, pomaranč, olivy, paprika, mrkva, špargľa, hrozno, trebuľka, uhorka, žerucha (pozri aj Furunkulus)
Kožné problémy	pozri Akné, Kožné ochorenia, Furunkulus
Krč močového mechúra	artičoka, olivy (olej), čierna redkovka, chren, hrozno
Krčové žily	citron, čučoriedky, cesnak, jedlé gaštany, púpava, kapusta, paprika
Krvácanie	citron, moruša, čučoriedky, černice, kaki, pomaranč, červená paprika, mrkva
Krvný obeh	čučoriedky, cesnak, púpava, kapusta, paprika
Krvný tlak, nízky	korenie (tymian, rozmarín, šalvia), červená paprika
Krvný tlak, vysoký	jablko, citron, cesnak, jahody, olivy, červená paprika, sója, hrozno
Kvasenie v črevách	čerešne, fenikel, čučoriedky, cesnak, korenie (bazalka, tymian, mäta, šalvia), cibuľa, púpava, kapusta (kyslá), mandle, papája, petržlen, červená paprika, rebarbora, červená redkovka, mrkva
Malátnosť	pozri Únava, Vyčerpanosť, psychická
Málokrvnosť	jablko, ananás, cvikla, čakanka, citron, datle, orechy, cesnak, valeriánka, jedlé gaštany, huby, púpava, marhuľa, kapusta, hruška, šošovica, mandle, pomaranč, olivy, baklažán, petržlen, pór, rebarbora, žltý melón, mrkva, špargľa, špenát, slivka, hrozno, chren, zelená fazuľa, žerucha
Menopauza	banán, čerešne, topinambur, datle, figa, jedlé gaštany, grapefruit, marhuľa, kapusta, lieskový orech, pomaranč, mrkva, špenát, sója
Menštruácia, bolestivá	fenikel, korenie (mäta, rozmarín, šalvia), kapusta, petržlen, šalát
Menštruácia, mimocyklu	černice
Menštruácia, nepravidelná	petržlen
Menštruácia, silná	čučoriedky
Menštruácia, slabá	fenikel, figa, petržlen
Migréna	pozri Bolesti hlavy
Močový mechúr, problémy	pozri Katar močového mechúra, Obličkové problémy
Nadúvanie	pozri Plynatosť, nadmerná
Nadváha	pozri Obezita
Nedostatočná činnosť obličiek	jablko, fazuľa, čakanka, cuketa, čerešne, dcer, fenikel, baza čierna, cesnak, granátové jablko, grapefruit, púpava, cibuľa, kapusta, karfiol, kokos, maliny, mangold, mišpuľa, olivy (olej), broskyňa, baklažán, petržlen, červená paprika, pór, repka, žltý melón, mrkva,

	špargľa, slivka, hrozno, tekvica, trebuľka, žerucha, machovka (židovská čerešňa)
Nedostatok minerálnych látok	jablko, ananás, cvikla, citrón, čerešne, datle, orechy, sladké zemiaky, moruša, huby, kapusta, mandle, pomaranč, olivy (aj olej), pór, červená reďkovka, ribezle, šalát, mrkva, špargľa, sója, hrozno, zeler
Nedostatok vápnika	pozri Nedostatok minerálnych látok
Nechutenstvo	dula, čakanka, citrón, fenikel, moruša, cesnak, grapefruit, marhuľa, maliny, pomaranč, olivy, paradajka, petržlen, červená paprika, rebarbora, červená reďkovka, ribezle, chren, trebuľka, brusnice, zeler
Nervy – zápal	cvikla, kapusta
Nervozita	jablko, avokádo, banán, dula, cvikla, orechy, marhuľa, kapusta, mandarínka, mandle, mango, slnečnica, broskyňa, baklažán, petržlen, šalát, žltý melón, sója, zeler
Nespavosť	jablko, marhuľa, kapusta, mango, broskyňa, hlávkový šalát, tekvica
Neuralgia	baza čierna, kapusta, mandle, olivy
Obezita	jablko, ananás, zemiak, citrón, čerešne, jahody, valeriánka, grapefruit, púpava, cibuľa, paradajka, petržlen, repka, ribezle, šalát, rohovník (svättojánsky chlieb), hrozno, zeler
Obličkový kameň	jablko, artičoka, čakanka, citrón, čerešňa, cicer, orechy, fenikel, cesnak, jahody, valeriánka, púpava, kapusta, mandle, lieskové orechy, mišpuľa, olivy (olej), broskyňa, paradajka, petržlen, pór, reďkovka (čierna), ribezle, šalát, žltý melón, mrkva, hrozno, chren, trebuľka, uhorka, zeler, zelená fazuľa, žerucha
Obličkové problémy	čakanka, figa, púpava, cibuľa, kapusta, včiči bôb, maliny, mandle, mangold, olivy (aj olej), pór, ribezle, šalát, hrozno, žerucha, machovka (židovská čerešňa), (pozri aj Obličkový kameň)
Otrava	ananás, artičoka, baza čierna, grapefruit, pomaranč, paradajka, červená paprika, mrkva, slivka, hrozno, uhorka
Pálenie pošvy	pozri Výtok z pošvy
Pálenie pri močení	pozri Katar močového mechúra
Pálenie záhy	pozri Žalúdočný vred, vred dvanástnika
Pásomnica	orechy, granátové jablko, mrkva, tekvica
Pečeňové ochorenia	jablko, artičoka, avokádo, dula, zemiaky, čakanka, citrón, čerešne, cicer, orechy, sladký zemiak, čučoriedky, čierne ribezle, jahody, grapefruit, púpava, kaki, kapusta, mandle, pomaranč, olivy (aj olej), baklažán, petržlen, červená paprika, rebarbora, reďkovka, ribezle, šalát, mrkva, špargľa, slivka, hrozno, trebuľka, zeler, zelená fazuľa, žerucha
Pľúcna infekcia	cvikla, čerešne, datle, orechy, moruša, píniové oriešky, cesnak, jahody, černice, figa, valeriánka, grapefruit, kapusta, hruška, mandle, lieskové oriešky, reďkovka, žltý melón, mrkva, špargľa, hrozno, chren, trebuľka, zeler, žerucha

Plynatosť, nadmerná	dula, citrón, fenikel, cesnak, korenie (bazalka, majoránka, mäta, rozmarín, oregáno, šalvia), cibuľa, kapusta (kyslá), pomaranč, petržlen, červená paprika, šalát, zeler
Podráždenosť	pozri Nervozita
Poruchy nadobličiek	zeler
Poruchy pamäte	pozri Vyčerpanosť, psychická
Prechladnutie	pozri Katar dýchacích ciest, Chrípka
Prostata, ochorenia	cibuľa, kapusta, červená paprika
Puberta	pozri Vývin
Rednutie kostí	pozri Nedostatok minerálnych látok
Rekonvalescencia	jablko, ananás, avokádo, fazuľa, citrón, cuketa, topinambur, datle, píniové oriešky, figa, jedlé gaštany, marhuľa, mandle, pomaranč, špargľa, špenát, sója, hrozno, zeler
Retencia dusíka	artičoka, čučoriedky, púpava, cibuľa, maliny, paradajky, pór, slivka
Reuma, chronická	jablko (ajvino), artičoka, fazuľa, citrón, čerešne, topinambur, fenikel, čierne ribezle, cesnak, jahody, púpava, cibuľa, kapusta, hruška, maliny, mišpuľa, olivy, paprika, paradajka, petržlen, pór, redkovka, ribezle, žltý melón, mrkva, špargľa, slivka, hrozno, chren, trebúľka, zeler, zelená fazuľa, žerucha, machovka (židovská čerešňa)
Senná nádcha	pozri Astma
Skleslosť	pozri Únava
Srdcové ochorenia	pozri Zvápenatenie ciev, Vencová tepna, zápal, Búšenie srdca, Srdcová zoslabnutosť
Srdcová zoslabnutosť	jablko, cesnak, granátové jablko, kapusta, kukurica, mandle, červená paprika, zelená fazuľa
Staroba	pozri Strava pre starších
Steny vlásočnic, slabé	čučoriedky, čierne ribezle, grapefruit, kapusta, pomaranč, paprika, petržlen, červená paprika
Strata hlasu	pozri Zápal hrtana
Strava pre starších	jablko, banán, citrón, cuketa, čerešne, topinambur, datle, píniové oriešky, cesnak, figa, cibuľa, jedlé gaštany, grapefruit, marhuľa, kapusta, kivi, lieskové orechy, pomaranč, olivy, mrkva, špenát, sója, hrozno
Štitná žľaza, nadmerná činnosť	mango, žerucha
Štitná žľaza, nedostatočná činnosť	žerucha
Tehotenstvo	jablko, avokádo, datle, píniové oriešky, figa, hruška, mandle, lieskové orechy, hrozno, (pozri aj Vývin, Rekonvalescencia)

Tráviace ťažkosti	ananás, artičoka, zemiaky, čakanka, citrón, cicer, topinambur, sladký zemiak, fenikel, čučoriedky, cesnak, korenie (bazalka, bobkový list, borievky, tymian, mäta, rozmarín, šalvia), grapefruit, púpava, cibuľa, kapusta (kyslá), maliny, mandarínka, mangold, pomaranč, olivy, broskyňa, baklažán, papája, petržlen, červená paprika, rebarbora, ríbezle, šalát, mrkva, hrozno, chren, tekvica, zeler
Tuberkulóza	pozri Plúcna infekcia
Tučnota	pozri Obezita
Tuk v krvi	pozri Cholesterol, zvýšená hladina
Únava	jablko, arašidy, fazuľa, banán, čakanka, citrón, cicer, topinambur, datle, fenikel, moruša, vlčí bôb, piniové oriešky, jahody, figa, jedlé gaštany, huby, granátové jablko, grapefruit, púpava, cibuľa, marhuľa, kapusta, hruška, šošovica, bôby, maliny, mandle, pomaranč, olivy, papája, paradajka, petržlen, pistácie, rebarbora, repka, mrkva, špargľa, špenát, slivka, sója, hrozno, tekvica, zeler, zelená fazuľa, zelený hrášok, žerucha
Úplavica	pozri Hnačka
Urea	pozri Retencia dusíka, zvýšená
Ústny zápach	jablko, artičoka, púpava, papája, petržlen
Úzkosť	pozri Nervozita
Vencová tepna, zápal	jablko, artičoka, orechy, cesnak, kapusta, mrkva, sója
Vodnateľnosť, sklon	orechy, cibuľa, kapusta, chren, trebulka, žerucha
Vracanie (z nervozity)	korenie (mäta, medovka), fenikel
Vyčerpanosť, psychická	jablko, arašidy, avokádo, banán, datle, piniové oriešky, jahody, jedlé gaštany, cibuľa, marhuľa, hruška, šošovica, mandle, pomaranč, olivy, papája, pistácie, špargľa, špenát, slivky, sója, hrozno, zeler, zelený hrášok
Výtok z pošvy	dula, orechy, kapusta, chren
Vývin	ananás, avokádo, fazuľa, banán, citrón, čerešne, datle, sladký zemiak, piniové oriešky, figa, jedlé gaštany, púpava, marhuľa, kokos, mandle, mango, lieskové orechy, pomaranč, baklažán, petržlen, pistácie, mrkva, špenát, sója, ovos
Zachrípnutosť	pozri Zápal hrdla
Zápal dýchacích ciest	pozri Kašeľ
Zápal hrdla	moruša, čierne ríbezle, černice, figa, kapusta, repka, zeler
Zápal hrtanu	citrón, figa, cibuľa, kapusta, červená koreninová paprika, trebulka, zeler

Zápal hrubého čreva	jablko, artičoka, avokádo, čakanka, citrón, cuketa, moruša, vlčí bób, čučoriedky, cesnak, figa, korenie (bazalka, tymian, mäta, rozmarín), valeriánka, púpava, cibuľa, kapusta, maliny, pomaranč, mišpuľa, paradajka, červená paprika, repka, ribezle, mrkva, hrozno, tekvica
Zápal kĺbov	jablko, ananás, artičoka, banán, zemiak, čakanka, citrón, čerešne, cícer, čierne ribezle, cesnak, jahody, grapefruit, cibuľa, kapusta, hruška, paradajka, pór, reďkovka, ribezle, šalát, špargľa, hrozno, uhorka, zelená fazuľa
Zápal mandlí	citrón, cesnak, figa, korenie (tymian, rozmarín, šalvia), cibuľa, kapusta, repka, mrkva
Zápal obličiek	pozri Obličkové problémy
Zápal pošvy	pozri Výtok z pošvy
Zápal tvárovej dutiny	citrón, piniové oriešky, cesnak, kapusta
Zápal vajcovodu	kapusta
Zápcha	jablko, artičoka, zemiak, čakanka, cuketa, čerešne, topinambur, sladký zemiak, moruša, čučoriedky, baza čierna, jahody, figa, valeriánka, púpava, cibuľa, marhuľa, kaki, kapusta, kokos, maliny, mandle, mangold, pomaranč, mišpuľa, olivy (aj olej), broskyňa, baklažán, paradajka, červená paprika, pór, rebarbora, ribezle, šalát, žltý melón, mrkva, svätovýňový chlieb, slivka, sója, hrozno, tekvica, trebulka, brusnice, zelená fazuľa, zelený hrášok
Závrat	fenikel, pomaranč
Zlatá žila	zemiak, čučoriedky, jedlé gaštany, púpava, cibuľa, kapusta, mangold, červená paprika, žltý melón, trebulka
Zrak	čučoriedky a čierne ribezle (sietnica), mrkva (rohovka), hrozno
Znížené vylučovanie moč	pozri Nedostatočná činnosť obličiek
Zvápenatenie ciev	pozri Artérioskleróza
Zvieranie srdca	pozri Vencová tepna, zápal
Žalúdočné ťažkosti	pozri Žalúdočný vred, vred dvanástnika
Žalúdočný a črevný katar	pozri Hnačka
Žalúdočný vred, vred dvanástnika	jablko, zemiak, citrón, fenikel, figa, púpava, kapusta, mandle, papája, paradajka, šalát, mrkva, tekvica
Žlčnikový kameň	jablko, ananás, artičoka, zemiak, citrón, čakanka, čerešne, orechy, jahody, púpava, cibuľa, olivy (aj olej), baklažán, paradajka, reďkovka, šalát, mrkva, hrozno, zelená fazuľa, žerucha
Žlčnikové problémy	pozri Žlčnikový kameň, Pečeňové ochorenia
Žltáčka	pozri Pečeňové ochorenia