

# 200 roślin, które leczą - Carole Minker

Carole Minker

200 roślin, które leczą - Carole Minker

Produkt chwilowo niedostępny

Kategorie:

Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Zdrowie i uroda

38,00 zł

numer katalogowy: ZD/0073  
ISBN: 978-83-7971-651-7  
liczba stron: 448  
format: 16,5 x 23,5 cm  
oprawa: miękka  
rok wydania: 2019

Natura daje nam nieocenione źródło zdrowia – rośliny lecznicze, dzięki którym można w uchronić się przed wieloma chorobami lub odzyskać dobrą kondycję, jeśli przytrafią nam się kłopoty zdrowotne. Wiele osób już wie, że dziurawiec i szafran leczą depresję, rozmaryn ma działanie antyseptyczne, czosnek pomaga przy zbyt wysokim poziomie cholesterolu i nadciśnieniu, a imbir zapobiega mdłościom. Ale roślin jest tak dużo, że wprost nie sposób zapamiętać wszystkich zastosowań, które ma każda z nich. Dlatego warto mieć pod ręką dobre kompendium i móc szybko odnaleźć potrzebne informacje.

W książce tej zaprezentowano 200 roślin, każda została dokładnie scharakteryzowana pod względem:

- właściwości leczniczych, zarówno tych już potwierdzonych, jak i tych jeszcze sprawdzanych przez naukowców
- miejsca występowania w naturze i tradycyjnych sposobów wykorzystywania
- form stosowania z podaniem rodzaju surowca zielarskiego i dokładnych receptur na domowe leki, a także możliwości zakupu gotowych preparatów.

Niezwykle przydatne okażą się też z pewnością zebrane w osobnych rozdziałach informacje dotyczące między innymi: korzystania z olejków eterycznych, działania leczniczego przypraw korzennych, roślin wspomagających procesy trawienne i oczyszczanie wątroby, pomocnych w razie bólu stawów i głowy oraz gorączki, niwelujących zaburzenia snu i nastroju oraz stany niepokoju, a także wzmacniających serce i naczynia krwionośne oraz układ oddechowy i odporność. Z tym poradnikiem korzystanie z roślin leczniczych i dbanie o swoje zdrowie będzie o wiele łatwiejsze.

Carole Minker jest farmaceutką. Badała sposoby leczniczego wykorzystywania roślin przez mieszkańców wielu różnych zakątków świata. W swojej książce łączy zachodnią wiedzę medyczną i metody medycyny naturalnej.