

SADRŽAJ

UVOD

LIJEČENJE KUR'ANOM I NAMAZOM

Namazi i zdravlje

Psihološke i sociološke koristi

Zdravstvene koristi

LIJEČENJE VODOM

ČUREKOT

SUNCE KAO LIJEK

LIJEČENJE MLIJEKOM I MEDOM

HIDŽAMA (PUŠTANJE KRVI)

MIRISI I NJIHOVA DJELOTVORNOST

Poslanikovi savjeti u liječenju i prevenciji

Piskavica (*Trigonella foenum graecum*)

SMOKVA – DŽENNETSKO VOĆE

Nutritivna svojstva smokve

Vrijednost suhe, svježe smokve u prehrani

JETRA I SLEZENA

Ljekovita svojstva jetre

Šta su jetra i slezena krvi?

MASLINJAK I MASLINOVO ULJE

Nutritivna i ljekovita vrijednost

Maslina savremeno ljekovito čudo

Maslinovo ulje i zdravlje

Rezultati savremenih medicinskih studija

LIJEK I ZAŠTITA ZA SRCE, KRVNE ŽILE I KARCINOM (RAK)

Brokula, šargarepa i brokoli

Kafa i smanjenje rizika od raka prostate

Luk crveni i bijeli
Zeleni čaj protiv karcinoma
Soja, dobra zaštita srca i oboljenja
Cvekla dobra za srce
Zeleni borac protiv raka
Želatin zaustavlja razvoj raka prostate
Ne gulite koru jabuke
Ribom protiv srčanih nevolja
Borovnice protiv raka
Saniranje unosa soli
Jačanje srca i imunitet

UMJERENOST U HRANI I PIĆU

Ginko biloba protiv tumora
Crna čokolada smanjuje pritisak
Ne preskačite doručak – loše je za srce
Vitamin D protiv dijabetesa
Male doze aspirina smanjuju rizik pojave raka dojke
Gljivom protiv raka
Kakao poslastica i prevencija karcinoma
Orasi – poslastica i najbolji sprečavač raka dojke
Maslinovo ulje čuvar srca
Lubenica ljekoviti lijek
Voćem protiv moždanog udara
Najbolji lijek protiv holesterola
Grašak smanjuje holesterol
Soja štiti kosti i sprječava rak dojke
Češnjak protiv holesterola
Vitamin K štiti od upala

ZDRAVLJE I ISHRANA

Mrkva jača zube i kosti
Kako sačuvati kosti?
Jogurt izvor proteina

Riba izvor fosfora i zdravlja

Celer lijek protiv bolesti

Vitamin D i ljudsko zdravlje

Ananas veoma koristan

Kivi – izvor zdravlja

Granatno nar

Bundevom do boljeg vida

Šljive za bolji vid

Bakar, nama je potreban

Grožđe čisti organizam

Dinja – izvor vitamina i minerala

Lubenica – čudotvoran lijek

Brusnica – savršena čaša zdravlja

ČAJEVI PROTIV RAZNIH OBOLJENJA

Čaj protiv gihta

Čaj protiv glavobolje

Čaj protiv želudačnih bolesti

Čaj protiv bakterije E.coli

Čaj protiv bronhitisa

Čaj protiv bubrežnih oboljenja

Čaj protiv upale prostate i mokraćnih kanala

Čaj protiv zapaljenja

Čaj protiv hemoroida

BILJKE I NJIHOVA DJELOTVORNOST

Apios

Asparagus

Pimpinela

Bijeli sljez

Urtika (kopriva)

Žuti ljiljan

Čičak

Biljne ljekovite masti i ulja

LITERATURA KORIŠTENA U EDICIJI OD 15 KNJIGA
BIBLIOGRAFIJA