

SPIS TREŚCI

Wstęp 11

Część pierwsza Historia aloesu

Rozdział 1 – Tak opowiadał o sobie Aloes pospolity 17
Pierwsze ślady; Moje właściwości magiczne; Jako kosmetyk w starożytnym Egipcie; Nie tak biblijny, za jakiego jest uważany; Wpływ kupców arabskich; W służbie Aleksandra Wielkiego; Aloes w starożytnych czasach grecko-rzymskich; Rozpowszechnienie w świecie azjatyckim; Afryka; W Ameryce; Wpływ o.o. jezuitów; A gdzie indziej?; Od legendy do historii; Europa Północna; Kilka innych zastosowań; Elixir życia;

Rozdział 2 – Aloes a nauka współczesna 33
A. Badania byłych krajów radzieckich: Oficjalny status w farmakopei byłego ZSRR; Filatow a aloes biostymulowany;
B. Badania prowadzone w Stanach Zjednoczonych i w innych krajach; Nowatorski sposób leczenia skutków napromieniowania; Beznadziejny przypadek; Prawdziwa przyczyna powrotu aloesu pospolitego; Jeszcze inne zastosowanie;

Część druga Jak można leczyć się przy pomocy aloesu

Rozdział trzeci – Jak stosować aloes: porady ogólne 43
Umiejętność rozróżniania; Jak stosować aloes farmaceutyczny; Jak stosować aloes homeopatyczny; Jak stosować świeże liście; Jak stosować sok lub miąższ aloesu pospolitego stabilizowanego;

- Rozdział 4 – Roślina lecząca oparzenia** 55
Oparzenia poważne i łagodne; Przypadek oparzenia termicznego; Przypadek poważnego poparzenia starszej kobiety; Tak samo skuteczny jak penicylina; Dlaczego aloes pospolity jest skuteczny w przypadku oparzeń; Odmrożenia; Oparzenie słoneczne; Inne rodzaje oparzeń, przegrzania i uszkodzeń skóry;
- Rozdział 5 – Dolegliwości przewodu pokarmowego** 63
Zaparcie; Biegunka, Dyzenteria, dur brzuszny; Trawienie; Wrzody żołądka; Stan zapalny jelit; Przykry zapach z ust; Wzdęcie; Dolegliwości przewodu pokarmowego występujące u małych dzieci;
- Rozdział 6 – Aloes pospolity a kosmetologia: pielęgnacja ciała i włosów** 73
A. Pielęgnacja ciała: Aloes używany jako dezodorant; B. Pielęgnacja włosów; C. Sposoby przygotowania środków kosmetycznych z aloesu pospolitego;
- Rozdział 7 – Infekcje dróg moczowych i organów płciowych** 95
Kilka przepisów z medycyny wg Ayurwedy (tradycyjna medycyna indyjska); Bezpłodność spowodowana zaburzeniami w miesiączkowaniu; Hemoroidy;
- Rozdział 8 – Choroby skórne** 101
Owrzodzenia skórne; Łuszczyca; Toczeń rumieniowaty;
- Rozdział 9 – Pielęgnacja jamy ustnej i zębów: chirurgia dentystyczna, paradontoza, itp.** 107
Odważny dentysta teksański; Aloes pospolity jest mniej toksyczny niż inne substancje; Inne możliwości wykorzystania aloesu pospolitego w dentystyce; Pasta do zębów, aloes pospolity i inne środki; Jak stosować aloes pospolity przy dolegliwościach jamy ustnej;
- Rozdział 10 – Choroby oczu** 113
Katarakta (zaćma); Zapalenie spojówek; Użycie aloesu pospolitego przy łżejszych dolegliwościach okulistycznych;
- Rozdział 11 – Choroby układu oddechowego** 117
Katar, kaszel, blokada nosa, ból gardła, zapalenie zatok przynosowych; Nieżyt nosa, ozena; Astma i bronchit (nieżyt oskrzeli); Gruźlica

- Rozdział 12 – Zapalenie stawów i artroza** 123
W czym może pomóc aloes cierpiącym na choroby artretyczne?;
Znaczenie podejścia wielostronnego;
- Rozdział 13 – Cukrzyca** 127
Czy można regulować zawartość cukru we krwi przy pomocy aloesu?; Aloes pospolity a zranienia u diabetyków;
- Rozdział 14 – Aloes pospolity kontra AIDS?** 131
Carrisyn; Wiadomość budząca nadzieję; Możliwości aloesu biostymulowanego; Należy być ostrożnym!;
- Rozdział 15 – Nowotwory** 135
Super króliki; Nowotwór skóry; Leczenie nowotworów naświetlaniem promieniami; Czy aloes pospolity może wpływać pobudzająco na system odporności organizmu?;
- Rozdział 16 – Choroby serca** 139
Miażdżyca i choroba wieńcowa – dusznice bolesne; Nadciśnienie i zbyt niskie ciśnienie;
- Rozdział 17 – Aloes pospolity nieodzowny dla sportowca** 143
Pęcherze; Otarcia; Różnorodne podrażnienia skóry i błon śluzowych; Zwichnięcie, skręcenie, zapalenie ścięgna; Kłopoty żołądkowe i napięcie nerwowe
- Rozdział 18 – Aloes pospolity – uzupełnienie w odżywianiu i zdrowy napój** 149

Część trzecia

Zastosowanie aloesu w leczeniu zwierząt

- Rozdział 19 – Weterynarz w doniczce** 155
Granulki i igły w stogu siana; Sceptyczny weterynarz; Eksperyment Richarda Hollanda na cielętach; Dwa psy i małpa; Weterynarz w doniczce: aloes pospolity a zwierzęta; Podawanie aloesu zwierzętom; Sposoby używania aloesu w weterynarii;

Część czwarta**Pan Aloes – jego ukryta twarz**

Rozdział 20 – Wszystko o aloesie 169
Odmiany lecznicze i inne; Aloes należy do rodziny liliowatych; Sposób rozmnażania się aloesu; Aloes jest sukulentem; Zabezpieczenia; Sposoby rozróżniania aloesu po jego liściach; Jaki rodzaj aloesu nadaje się do celów leczniczych?

Rozdział 21 – „Tajemnica” aloesu pospolitego, czyli w poszukiwaniu jego czynnika aktywnego 185
Ponura rzeczywistość; Próby rozszyfrowania aloesu; Profil chemiczny aloesu pospolitego; Jak działa aloes pospolity?; Czy aloes jest adaptogenny?;

Rozdział 22 – Uprawa aloesu na skalę przemysłową 193
Tradycyjny rynek aloesu; Rozwój i uprawa aloesu na skalę przemysłową; Sposoby uprawy i przetwarzania; Przemysł ekologiczny; Zestaw produktów otrzymywanych z aloesu pospolitego (i innych);

Część piąta**Hodowla aloesu**

Rozdział 23 – Jak sadzić i przesadzać aloes 209
Wielkość doniczki; Potrzeba przesadzania; Sposoby przesadzania; Wybór doniczki;

Rozdział 24 – Sztuka podlewania aloesu 215
Jak często należy podlewać?; Podlewanie roślin rosnących wewnątrz pomieszczeń; Podlewanie przy uprawie na zewnątrz; Uwaga na jakość wody;

Rozdział 25 – Jak uzyskać maksymalny wzrost roślin? 219
Jaka ziemia jest najlepsza?; Co sądzić o środkach użyźniających?; Odpowiednie oświetlenie w szklarni i w mieszkaniu; Niektóre środki ostrożności konieczne przy uprawie na zewnątrz; Jaka temperatura najbardziej odpowiada aloesowi?; Jakich szkodników należy obawiać się najbardziej?; Wielka tajemnica G.W. Reynolds'a o uprawie aloesu w warunkach zewnętrznych; Jak przywozić i aklimatyzować aloesy;

Rozdział 26 – ABC rozmnażania	229
Reprodukcja przy pomocy nasion: Jak uzyskuje się nasiona?, Co trzeba zrobić, żeby nasiona wykiełkowały?; Reprodukcja wegetatywna: Jak sadzić odrosty?	
Rozdział 27 – ABC uprawy aloesów	233
Diagnoza: 11 objawów, na które trzeba zwracać uwagę; 7 złotych reguł w pielęgnacji aloesów w szklarni i w mieszkaniu;	
Podsumowanie – Dr Aloes: lekarz, czy szarlatan?	237
Przypisy	245
Bibliografia	267
Indeks schorzeń	273