

Obsah

- I. ÚVODEM 9
- II. HISTORIE A SOUČASNOST AROMATERAPIE 12
- III. SVĚT KRÁSY – AROMATERAPIE V KOSMETICE 16
 - Terapeutický rejstřík péče o pleť 23
- IV. SVĚT VŮNÍ – AROMATERAPIE V PŮSOBNÍ NA PSYCHIKU 28
 - Terapeutický rejstřík působení silic na psychiku 33
- V. SVĚT DOTEKŮ – AROMATERAPIE V MASÁŽÍCH 36
 - Několik typů pro aromaterapeutickou masáž 43
- VI. RIZIKOVÉ FAKTORY A KONTRAINDIKACE 46
 - Přehled některých rizikových faktorů a kontraindikací 49
- VII. ROSTLINNÉ SILICE 51
 - Aromaterapie – vysvětlení pojmů 51
 - Biogeneze silic 53
 - Získávání silic 54
 - Kvalita silic 55
 - Stálost silic 56
 - Využití silic 57

Způsoby aplikace rostlinných silic a možnosti jejich použití	58
- Inhalace	58
- Perkutánní aplikace – pronikání silic pokožkou	59
- Perorální aplikace – vnitřní užívání silic	60
Několik rad při užívání rostlinných silic	61
Systematický přehled rostlinných silic	63
Terapeutický rejstřík působení silic	300
VIII. ROSTLINNÉ OLEJE, TUKY, VOSKY A OLEJOVÉ EXTRAKTY	316
Rostlinné oleje a tuky	316
Popis vybraných rostlinných olejů a tuků	319
Rostlinné vosky	364
Popis vybraných rostlinných vosků	365
Terapeutický rejstřík působení rostlinných olejů, tuků a vosků	369
Olejové extrakty	373
Návod k přípravě rostlinných extraktů	374
Popis vybraných rostlinných extraktů	375
IX. ABECEDNÍ REJSTŘÍKY	
Česko – latinský rejstřík botanických názvů	383
Latinsko – český rejstřík botanických názvů	389
Slovensko – český rejstřík botanických názvů	394