

SPIS TREŚCI

	Przedmowa dr Anjali Grover	9
	Podziękowania	15
	Wstęp	17
WPROWADZENIE	Tradycyjnie uzdrawianie na nowe czasy	31
1	Czym jest ajurweda?	39
2	Gruczoł tarczowy i układ hormonalny	71
3	Źródła zaburzeń tarczycy	91
4	Współzależność tarczycy i nadnerczy	137
5	Choroba Hashimoto: autoimmunologiczna choroba gruczołu tarczowego	157
6	Pęcherzyk żółciowy a gruczoł tarczowy	197
7	Terapie ajurwedyjskie w leczeniu dolegliwości wywołanych zaburzeniami tarczycy	229
8	Dieta i codzienna praktyka dla zachowania zdrowia tarczycy	261
ZAKOŃCZENIE	Wizjonerska medycyna	297
	Zasoby internetowe	303
	Bibliografia	309