

Spis treści

Contents

Przedmowa czyli kultura terapeutyczna, telomery i nutraceutyki celowane Foreword or therapeutic culture, telomers and targeted nutraceutics Grzegorz Bazylak.....	7
Rośliny i leki syntetyczne o działaniu przeciwcukrzycowym Plants and synthetic drugs for antidiabetic activity Henryk Różański, Hubert Iwiński.....	19
Znaczenie boru dla organizmów żywych – wybrane aspekty The role of boron in living organisms – selected aspects Marian Czauderna, Małgorzata Białek.....	39
Nutraceutyki przydatne w zapobieganiu i leczeniu chorób neurodegeneracyjnych Nutraceuticals useful in the prevention and treatment of neurodegenerative diseases Grzegorz Raszewski	56
Polskie superowoce – wybrane przykłady Polish superfruits – selected examples Bernadetta Bienia, Barbara Sawicka, Barbara Krochmal-Marczak	71
Możliwości zastosowania granatowca właściwego w profilaktyce i terapii wybranych schorzeń dietozależnych Application of pomegranate in the prevention and therapy of selected diet-related diseases Tomasz Lepionka, Agnieszka Białek.....	84
Bezpieczeństwo stosowania przepętkli ogórkowatej (<i>Momordica charantia</i>, <i>Cucurbitaceae</i>) jako suplementu diety i/lub składnika żywności funkcjonalnej – badania pilotażowe na modelu szczurzym Safety use of bitter melon (<i>Momordica charantia</i> , <i>Cucurbitaceae</i>) as a dietary supplement and/or functional food ingredient – preliminary studies on a rat model Anna Ročko, Tomasz Lepionka, Agnieszka Białek.....	100
Zastosowanie granatowca właściwego (<i>Punica granatum</i>, <i>Lythraceae</i>) w dermatologii, kosmetologii oraz jako kosmeceutyk Pomegranate (<i>Punica granatum</i> , <i>Lythraceae</i>) use in dermatology, cosmetology and as a cosmeceutical Agnieszka Białek, Małgorzata Białek.....	119
Możliwości uprawy i wykorzystania roślin adaptogennych w warunkach Polski The possibilities of cultivation and use of adaptogenic plants in Polish environmental conditions Elżbieta Pisulewska	132
Fitoterapia i suplementacja diety w chorobach górnego odcinka przewodu pokarmowego Phytotherapy and dietary supplementation in the upper alimentary tract diseases Ryszard Błecha	146
Zielarskie rośliny miododajne – wydajność i wykorzystanie Melliferous herbal plants – honey output and use Elżbieta Pisulewska, Marta Wajszczyk, Elżbieta Torbus	161

Produkty pszczele w terapiach wspomagających leczenie chorób krążenia Bee products in therapies supporting the treatment of circulatory diseases Arkadiusz Ciołkowski, Renata Stono-Ciołkowska.....	181
Dlaczego <i>Shinrin-yoku</i>, japońska sztuka i teoria kąpiele leśnych, wspomaga samoczynne procesy zdrowienia oraz co z tym mogą mieć wspólnego konopie? Why <i>Shinrin-yoku</i> , Japanese art and theory of forest baths, supporting self-healing processes and what can hemp have to do with it? Ewa Melania Gryt	195
<i>Magnolia officinalis</i> – historia, skład i właściwości lecznicze <i>Magnolia officinalis</i> – history, composition and medicinal properties Aleksandra Wasiak, Agnieszka Zielińska, Katarzyna Paradowska	205
Oznaczanie wybranych mikroelementów (Mn, Fe, Cu, Zn) w suplementach diety i mieszankach ziółowych zawierających suszone owoce głogu Determination of some microelements (Mn, Fe, Cu, Zn) in dietary supplements and herbal blends containing dried hawthorn fruits Anna Przybylska, Marcin Siepak, Grzegorz Bazylak.....	231
Napoje energetyzujące – charakterystyka, rozpowszechnienie, konsekwencje zdrowotne Energy drinks – characteristics, prevalence, health consequences Anna Anyżewska, Joanna Lewczuk	255
Zioła wzmagające odporność organizmu na infekcje Herbs stimulating human inherited immunity Henryk Różański.....	276
Melatonina, hydroksykwas organiczne i antyoksydacyjne właściwości kwiatostanów głogu stosowanych jako składniki suplementów diety Melatonin, organic hydroxy acids and antioxidant activity of hawthorn inflorescences used as components of dietary supplements Anna Przybylska, Grzegorz Bazylak	292
Witaminy antyoksydacyjne w surowicy krwi dorosłych otyłych kobiet Antioxidant vitamins status in blood serum of adult obese females Agnieszka Jaworowska, Grzegorz Bazylak.....	313
Paulownia omszona – <i>Paulownia tomentosa</i> (Thunberg) Steudel jako surowiec zielarski. Znaczenie paulowni w gospodarce człowieka Royal Paulownia /Princess tree/ Empress tree – <i>Paulownia tomentosa</i> (Thunberg) Steudel – herbal raw material. The importance of paulownia in human economy Henryk Różański, Hubert Iwiński, Anna Słabik, Radosław Kądziała	343
Charakterystyka chemotaksonomiczna i właściwości farmakologiczne nagonasiennych stosowanych w medycynie Chemotaxonomic characteristics and pharmacological properties of gymnosperms used in medicine Henryk Różański, Dominik Wróbel	353
Indeks nazwisk.....	371
Indeks rzeczowy.....	374