

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 7

**ЖИВОТНЫЕ ЖИРЫ:
ВИДЫ, СВОЙСТВА, ПРИМЕНЕНИЕ 27**

Акулий жир28

Бараний жир29

Барсучий жир33

Как выбрать качественный продукт?41

Говяжий жир44

Как правильно выбрать?.....44

Гусиный жир50

Костный жир55

Медвежий жир56



Рыбий жир	60
<i>Вкусная альтернатива</i>	65
Свиное сало.....	68
<i>Свиной смалец</i>	75
<i>Свиной здор</i>	77
<i>Как выбрать «правильное» сало?</i>	78
<i>Сало едим, смальцем закусываем</i>	83
Тюлений жир	89
Наружное применение животных жиров.....	92
«ЖИРНЫЕ» ЛЕКАРСТВА В ДОМАШНЕЙ АПТЕЧКЕ.....	94
Все на борьбу с простудой!	95
<i>Высокая температура</i>	95
<i>Кашель</i>	97
<i>Боль в горле</i>	109
<i>Профилактика простудных заболеваний...</i>	111
В помощь страдающей коже	112
<i>Витилиго</i>	113
<i>Мозоли</i>	113
<i>Нарывы гнойные</i>	113
<i>Ожоги</i>	116

<i>Отморожения</i>	119
<i>Псориаз</i>	121
<i>Ссадины и царапины</i>	124
<i>Сухость кожи</i>	128
<i>Трещины на пятках</i>	130
<i>Чесотка</i>	132
<i>Экзема</i>	133
<i>Язвы трофические</i>	135
Если редеет шевелюра.....	137
Варикозная болезнь: домашнее лечение.....	143
Несколько рецептов для лечения туберкулеза.....	149
Как унять боль в суставах и позвоночнике?.....	163
Если не в порядке «щитовидка».....	173
Почечуйные страдания: как от них избавиться?.....	178
Ох, уж эта пяточная шпора!.....	183
Другие недомогания.....	186
<i>Болезни сердца</i>	186
<i>Головная боль</i>	187
<i>Диатез</i>	187
<i>Зубная боль</i>	188
<i>Избыточная масса тела</i>	188



5

СОДЕРЖАНИЕ



6

СОДЕРЖАНИЕ

<i>Мастит</i>	189
<i>Межреберная невралгия</i>	190
<i>Панариций</i>	190
<i>Потрескавшиеся губы</i>	191
<i>Ушибы</i>	191
<i>Эрозия шейки матки</i>	192
<i>Язвенная болезнь желудка</i>	194

ЗАКЛЮЧЕНИЕ..... 198

ОБ АВТОРЕ..... 200