

Sveikos mitybos principai ir
gydymas natūraliais užpilais

ARBATINIS GRYBAS

ir kiti gydomieji
užpilai

GENADIJ GARBUZOV



Turinys



I dalis. GYVOS MITYBOS PROGRAMA

1 skyrius

ABIOTINIS IR ANABIOTINIS MAISTAS 11

2 skyrius

DISBAKTTERIOZĖ IR DISBIOZĖ –
XXI AMŽIAUS LIGOS 15

3 skyrius

GYVAS MAISTAS 31

II dalis. ARBATINIS GRYBAS ORGANIZMUI „PARŪGŠTINTI“

4 skyrius

ARBATINIO GRYBO FENOMENAS 47

5 skyrius

PAGRINDINĖS SU DISBIOZE SUSIJUSIOS LIGOS,
JŲ PROFILAKTIKA IR GYDYMAS ARBATINIO
GRYBO GIRA

57

Priedas

GRYBŲ RAUGAI

103

Išvados

123