

# PRZEDMOWA

---

Droży Czytelniczy!

Trzymacie właśnie w ręku starannie przez nas przygotowany tom 2 książki *Zioła w medycynie. Choroby skóry, włosów i paznokci*. Znajdziecie w nim kolejne praktyczne aspekty związane z profilaktyką i fitoterapią schorzeń dermatologicznych oraz stosowaniem wysokiej jakości kosmetyków opartych na tradycyjnych lub innowacyjnych wyciągach roślinnych.

W niniejszym tomie przedstawiliśmy możliwości wykorzystania ziół m.in. w chorobach włosów i paznokci oraz uszkodzeniach skóry wywołanych czynnikami mechanicznymi i termicznymi. Do poprawy kondycji skóry może się również przyczynić zastosowanie wiedzy zawartej w podrozdziałach o rozstępach, cellulicie czy ukąszeniach owadów. Niezwykle ważny jest rozdział dotyczący fotoprotekcji, jako podstawy profilaktyki poważnych chorób dermatologicznych i procesów starzenia się skóry.

Coraz więcej osób przykłada wagę do składu używanych kosmetyków. To właśnie z myślą o nich jeden z rozdziałów poświęciliśmy składnikom naturalnym wpływającym na stan skóry, włosów i paznokci.

Warto się także zapoznać z aspektami psychodermatologicznymi przedstawionymi w niniejszym tomie. Są one podstawą wielu problemów skórnych, zarówno jako czynniki wywołujące, jak i zaostrzające zmiany na skórze.

Zachęcamy ponadto do zapoznania się z wiedzą i poradami fitoterapeutycznymi zawartymi w tomie 1 publikacji *Zioła w medycynie. Choroby skóry, włosów i paznokci*. Znalazły się w nim informacje przydatne w przypadku poważnych schorzeń dermatologicznych (m.in. bakteryjnych, wirusowych, grzybiczych, pasożytniczych, alergicznych) oraz takich, które można potraktować jako defekty kosmetyczne (np. cera naczyiniowa, nadmierna potliwość, przebarwienia na skórze).

Mamy nadzieję, że każdy, kto sięgnie po książkę *Zioła w medycynie. Choroby skóry, włosów i paznokci*, znajdzie w niej coś ciekawego i wartościowego, biorąc pod uwagę swoje potrzeby dotyczące zarówno pracy zawodowej, jak i dnia codziennego.

Z wyrazami szacunku dla wszystkich, którzy za pomocą naszych książek zechcieli zagłębić się w wiedzę na temat stosowania ziół w medycynie.

Prof. dr hab. n. med. Ilona Kaczmarczyk-Sedlak  
Mgr Arkadiusz Ciołkowski, fitoterapeuta