

СН^о 114803

ТОВА, КОЕТО ДОКТОРИТЕ
НЯМА ДА ВИ КАЖАТ

ВИНО ЗА ЗДРАВЕ

ДАРМОН

663.2 / 714
663.2 + 613.81

© Здравко Райков

Това, което докторите няма да ви кажат

Вино за здраве. Невероятните възможности на божествената напитка да ни предпазва от заболявания и да укрепва организма ни. София, 2006

This is the original edition. All rights reserved.

© First Edition by Darmon Publishers, 2006

All rights reserved.

БИБЛИОТЕКА - УНСС

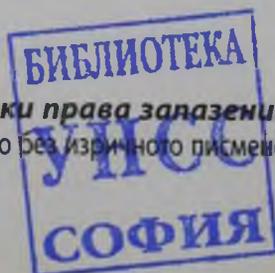
Инв. №



120000133852

ISBN 954-90511-6-1

- © Здравко Райков, автор
- © Стефан Серезлиев и Георги Цветков, корица
- © Роми, снимка на корицата
- © „Вино за здраве. Невероятните възможности на божествената напитка да ни предпазва от заболявания и да укрепва организма ни“
- © Дармон®



Всички права запазени! Всякакъв вид използване на произведението или на части от него без изричното писмено съгласие на издателство Дармон® се преследва от закона.

Въведение	ix
---------------------	----

Глава първа

НЕ СЕ ПРЕПОРЪЧВА ЗА ХОРА СЪС СЛАБИ НЕРВИ 41

⊗ Все по-замърсена околна среда	42
⊗ Убийците се крият в твоя хладилник	52
⊗ Блажени са верующите, или за преклонението пред медицината и фармацевтиката	68
Хората грешат, а медиците са хора	70
Проблемът „странични ефекти“	79
Илюзията, наречена „хранителни добавки“	86
Проблемът „фалшиви лекарства“	87
Дружба за сметка на пациента	90
Манипулиране на клиента	92
„Спасяването на давящия се — дело на самия давящ се“	97

Втора глава

ЗА ВИНОТО И ЗДРАВЕТО — I ЧАСТ 103

⊗ От вълшебно грозде — чудотворно вино	104
⊗ Защо французите получават рядко инфаркт?	123
⊗ Бариера пред рака	152

Глава трета

ЗА ВИНОТО И ЗДРАВЕТО — II ЧАСТ 169

⊗ Ловци на „свободни радикали“	170
⊗ Как да убием 10 милиона болестотворни бактерии за половин час	177
⊗ Стрес? Депресия? Безсъние? Какво беше това?	195

Глава четвърта

ЗА ВИНОТО И ЗДРАВЕТО — III ЧАСТ 211

- ☼ Да стимулираме апетита си и да забравим
за проблема с килограмите 212
- ☼ Жизнерадостни и работоспособни, красиви
и свежи 225
- ☼ „Жени и вино! Вино и жени!“ 241
- ☼ И още за изумителните способности на виното
да ни предпазва от различни заболявания 253

Глава пета

С НАСЛАДА ДА ПОРАБОТИМ ЗА ДЪЛГОЛЕТИЕТО СИ 269

- ☼ Изводът на демографите: тревожни тенденции! 270
- ☼ Защо хората в Медок живеят по-дълго? 272
- ☼ Да останем интелигентни и когато остаряваме 275
- ☼ Никога не е късно да започнем да се грижим
за бъдещето си 288

Глава шеста

„ПОСЛЕДНИЯТ И НАЙ-ВИСШ ДАР НА ЧОВЕКА ОТ БОГОВЕТЕ Е ЧУВСТВОТО ЗА МЯРКА!“ 301

- ☼ Внимание: алкохолизъм! 303
- ☼ Колко и как да пием вино 315
- ☼ За случаите, когато особено трябва
да внимаваме с виното 326

Глава седма

ЗА ОТЛИЧНО ЗДРАВЕ — ИСТИНСКО ВИНО ОТ ХУБАВО УЗРЯЛО ГРОЗДЕ 331

- ☼ Целебно вино или токсичен фалшификат:
изборът си е ваш 332
- ☼ Кои родни вина пие авторът? 349

Заклучение

ВЪВ ВИНОТО Е ИСТИНАТА! 369

- Бележки 389
- Библиография 393

Приложение I

ПРЕПОРЪКИ ЗА ЗДРАВЕ С ГРОЗДЕ И ВИНО 395

☼ Гроздолечение	397
☼ Вино за общо укрепване на организма	407
☼ Вино за здраво сърце	408
☼ Глинтвайн срещу грип и простуди	409
☼ Вино за отслабване	412
☼ Народни рецепти с вино	414
☼ Други полезни идеи за здраве с вино	417

Приложение II

ЗА ДА СЕ НАСААДИТЕ ПЪЛНОЦЕННО НА ВИНОТО 421

☼ Храни за вино и вино за храната	422
☼ Как да познаем истинското вино от узряло грозде?	425
А как да съхраняваме виното?	430
☼ За ползата от декантирането, за чашите и изкуството да сервираме вино	431
☼ За музиката и виното	433
☼ Кое вино е по-полезно: червеното или бялото?	436

Приложение III

ЗА ВИНОТО — С ЛЮБОВ 441

☼ Избрани поговорки на различни народи	442
☼ Безсмъртни мисли и афоризми	445
☼ Из творчеството на Омар Хайям	449
☼ Усмивки и мъдрост от вековете	454
☼ Тостове за всеки случай	471

Приложение IV

ДА ПРОВЕРИМ СЕБЕ СИ 489

Резюме	493
Summary	511