

Wstęp

I. Rzut oka wstecz

Historia uzdrowisk

Uzdrowiska w Egipcie faraonów

Uzdrowiska starożytnej Grecji

Uzdrowiska w Rzymie

Leczenie siłami przyrody czy syntetycznymi tabletkami?

II. Uzdrowiska jako sposób zachowania życia i zdrowia

Turystyka zdrowotna

Pojęcia, funkcje i rodzaje uzdrowisk

Uzdrowiska ich sława i chwała

Półprawdy i prawdy o uzdrowiskach

Jak i kogo leczono kiedyś w uzdrowiskach

Jak ongiś przygotowywano kuracjuszy do wyjazdu Dokąd kiedyś kierowano członków zrzeszeń zawodowych?

Znane uzdrowiska w Polsce i u naszych najbliższych sąsiadów

III. Zestawienie bardziej znanych uzdrowisk

Uzdrowiska w Polsce

Popularne uzdrowiska u naszych bliskich sąsiadów

Węgry

Słowacja

Czechy

Litwa

Ukraina

Rumunia

Bułgaria

Niemcy

Grecja

Belgia

Szwajcaria

IV. Nowe funkcje uzdrowisk

SPA i Wellness w uzdrowiskach

Niektóre zabiegi proponowane przez ośrodki odnowy biologicznej

Wody pitne butelkowe

V. Współczesne problemy uzdrowisk w Polsce - Andrzej Kozłowski