Natažené šlachy v oblasti kotníku apod. – obklad. **Tajenka** najemno postrouháme i se slupkou. Brambory změkčují, zjemňují, působí jako sorbent různých usazenin, odstraňují záněty. Lepší je zelená brambora, protože obsahuje solanin, který při vnějším použití vykazuje protizánětlivé a analgetické účinky. Bramboru navrstvíme na hadýrku nebo obvaz, přiložíme k bolestivému místu, zabalíme igelitovou fólií. Obklad držíme 2-3 hodiny.

D	O	R	A	M	E	S	A	Č	M	K	S	A	S
Ě	Y	T	A	R	A	S	P	I	K	O	V	A	T
L	R	Ř	U	R	S	L	O	D	A	A	U	A	É
B	K	Í	A	R	U	M	U	N	R	L	Z	K	N
A	Y	K	M	L	B	O	O	P	CH	A	O	Š	A
T	V	D	I	Š	M	Í	O	K	M	E	C	P	T
E	D	C	L	Č	A	P	N	U	U	A	T	E	S
L	E	O	K	O	B	K	L	A	D	O	U	R	K
E	S	T	D	E	Ž	Í	Ř	M	B	R	M	K	R
M	E	Á	Á	A	H	M	A	Í	T	R	I	A	S
O	T	Y	K	E	V	K	L	A	D	N	B	N	S
S	B	A	Ň	A	L	U	S	V	C	A	I	Č	K
O	Y	N	R	O	T	O	O	E	C	I	L	A	P
B	F	L	U	I	T	A	S	L	L	O	A	R	R
A	E	N	T	U	F	T	E	Z	Á	B	A	N	A

ALIBI
AMPULA
ANABÁZE
ANČAR
ASPIK
BAMBUS
BLESK
BYDLO
ČASEM
ČMOUD
DĚLBA
DESET
DRINK
FLUITA
INCEST
KARAS
KAŠMÍR
KLIMA
KLOUN
KOALA
KOVAT
KŘÍDA
LÍHEŇ
MAROD
MAŘKA
MOUKA
MŘÍŽE
OLEÁT
OMELETA
OSLAŘ
OSOBA
PALICE
POPRAVA
RACEK
RUMUN
SAMOUK
SPOLA
STÁDO
STÉNAT
ŠPERK
TARIF
TECHNO
TITUL
TORNY
TRIAS
TURBÍNA
TYKEV
ULICE
UMAZAT
VARLE
ZLEVA