

Inhalt

Einführung	7
1 So wurde mir ein zweites Leben geschenkt - der unglaubliche Erfahrungsbericht	11
2 Was Gesundheit wirklich bedeutet	18
3 Eine verblüffende Sichtweise - Störungen im Lebensbetrieb	21
4 Den täglichen Kampf in der Natur zu unserem Vorteil nutzen	23
5 Wie wir uns schützen	26
6 Warum der Mensch Regulationsstörungen hat	33
7 Zusammenfassung der wichtigsten Grundlagen	38
8 Faszinierende Systeme für unsere Gesundheit	39
9 Was Sie wirklich tun können	45
10 Was Medikamente bewirken - und was nicht	60
11 Operationen - wann sinnvoll, wann notwendig	63
12 Ernährung und Diät - was ist richtig	68
13 Epidemien, Pandemien...was tun	72
14 Wie die Gesundheit zum selbstverständlichen Alltag wird	75
15 Einzelnen Erkrankungen - und ihre Bedeutung	78
16 Was ist Krebs	85
17 Was ist Allergie wirklich	93
18 Diabetes und andere Stoffwechselerkrankungen	98
19 Herzerkrankungen - die wahren Ursachen	104
20 Bluthochdruck - was verbirgt sich dahinter	108
21 Hautkrankheiten - die Ursache liegt woanders	112
22 Rückenbeschwerden sind oft keine Rückenprobleme	114
23 Rheuma - die wahren Ursachen	119
24 Atemwegserkrankungen - worauf beruhen sie	122
25 Verdauungsprobleme - was bedeuten sie und was man tun kann	125
26 Leber und Nieren - zentrale Bedeutung für unsere Gesundheit	128
27 Das Zentralnervensystem und seine Tücken	130
28 Psychische Erkrankungen besser bewältigen	133
29 Das große Fazit	136
30 Schlusswort	138
31 Anhang: Einführung in die ursachenorientierte Regulationsmedizin	141