

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	V
1. Abnehmen und Übergewicht	1
2. ADHS	5
3. Alzheimer-Demenz: Begleittherapie	9
4. Anti-Aging	15
5. Arthrose	22
6. Asthma und Allergien	26
7. Atemwegsinfekte	28
8. Burnout und Stress.....	32
9. Darmerkrankungen	37
10. Depressionen	44
11. Diabetes und metabolisches Syndrom	47
12. Erektionsstörungen	51
13. Hashimoto-Thyreoiditis	54
14. Herz-Kreislauf-Erkrankungen	57
15. Krebs: Begleittherapie	65
16. Lippenherpes	74
17. Makuladegeneration	77
18. Migräne	80
19. Multiple Sklerose: Begleittherapie.....	82
20. Neurodermitis	90
21. Osteoporose	92
22. Rekonvaleszenz	97
23. Rheumatische Erkrankungen	101
24. Schlafstörungen	104
25. Sportliche Belastung	106
26. Verletzungen und Wundheilungsstörungen	110
27. Exkurs: Arzneimittel und Mikronährstoffe	113
Literatur	119
Anhang: Fragen zur Lernerfolgskontrolle	121
Abbildungsnachweis	128
Der Autor	129