

INHALT

EINLEITUNG	8
I. GESUNDHEITSREGELN ZUR ERNÄHRUNG	46
1. Essen und Trinken im allgemeinen	46
2. Hinweise zu verschiedenen Nahrungs- und Genuß- mitteln	72
II. VERHALTENSEMPFEHLUNGEN ZUM MENSCHLICHEN KÖRPER	133
1. Zum Körper als Ganzem	133
2. Ratschläge zu einzelnen Körperteilen und Organen	174
3. Psychosomatische Parömien	194

III. DIVERSE MEDIZINISCHE SPRICHWÖRTER	207
1. Zu Wetter und Jahreszeit	207
2. Pädiatrische, geriatrische und sonstige schichtenspezifische Regeln	228
3. Diagnostische und prognostische Aussagen	249
IV. RATSCHLÄGE ZU KRANKHEIT UND HEILUNG	257
1. Generelle Hinweise	257
2. Empfehlungen zu speziellen Leiden und Beschwerden	274
3. Pharmakologische Weisheiten	305
4. Arzt und Patient	339
ERGEBNISSE	363
LITERATURVERZEICHNIS	372
1. Benutzte Bibliographien	372

2. Aufschlüsselung der im Text verwendeten Siglen	373
SACHREGISTER	392
1. Deutsch	392
2. Englisch	400