

---

# Inhalt

---

<b>Vorwort</b> . . . . .	8
<b>Einführung: Moderne Allergietherapie</b> . . . . .	10
 <b>Teil I</b>	
<b>Allergien – Überreaktionen des Immunsystems</b> . . . . .	13
<b>Allergie – Hysterie oder gefährliche Krankheit?</b> . . . . .	15
<b>Allergien – Was sind sie? Woher kommen sie?</b> . . . . .	16
Allergien und ihr Abwehrsystem . . . . .	16
Allergieursachen und Allergieauslöser . . . . .	17
Durch Fehlprogrammierung des Immunsystems zur Allergie	20
Durch Streß zur Allergie . . . . .	20
Einmal allergisch – immer allergisch? . . . . .	22
 <b>Allergien – Welche Arten gibt es?</b>	
<b>Wie werden sie erkannt?</b> . . . . .	24
Die drei Arten von Allergien . . . . .	24
Das Erkennen von Allergien – die Diagnose . . . . .	31
 <b>Allergie und Ernährung</b> . . . . .	
Chemie in den Nahrungsmitteln . . . . .	35
Die Nahrungsverwertung . . . . .	36
Der Säurestreß . . . . .	38
Ernährungsumstellung – der erste Schritt zum Erfolg . . . . .	40
 <b>Allergie und Umwelt</b> . . . . .	
Umweltgifte – die größten Gifte unserer Zeit . . . . .	41
Belastete Raumluft – dicke Luft! . . . . .	42

Belastete Außenluft – die Giftglocke über Stadt und Land . . .	46
Elektromagnetische Spannungsfelder . . . . .	46
Das »E-Werk« im Mund . . . . .	47
Der Schlafbereich – Regenerationsstätte des Immunsystems	47
<b>Allergie und Psyche . . . . .</b>	<b>49</b>
Das Psycho-Allergen . . . . .	50
<b>Durch Allergie chronisch krank? . . . . .</b>	<b>52</b>

## **Teil II**

### **Die neue biologische Allergietherapie . . . . . 55**

<b>Übersicht: Allergie-Hauttest-Methoden . . . . .</b>	<b>56</b>
Bisher übliche Hauttests . . . . .	56
NEU: Provokations-Neutralisations-Hauttest . . . . .	58

#### **Der moderne Hauttest: Diagnose und Therapie durch Provokation und Neutralisation . . . . . 59**

Genaue Anamnese . . . . .	60
Die Testlösungen . . . . .	61
Jedes Allergen wird einzeln auf der Haut ausgetestet . . . . .	62
Das Testprotokoll . . . . .	64
Die Spätablesung . . . . .	65
Die Therapie . . . . .	65

#### **Der moderne Bluttest: Diagnose und Therapie durch IgG-Nahrungs-Antikörper . . . . . 68**

Frühzeitige Diagnose ist wichtig . . . . .	68
Ernährungsumstellung als Grundlage der Therapie . . . . .	69
Die Durchführung des Tests . . . . .	72
Das Testergebnis und seine Auswertung . . . . .	74
Die Therapie . . . . .	76
Was unterscheidet den Hauttest vom Bluttest? . . . . .	78

<b>Die Erfassung des Mineralstoffhaushalts</b> . . . . .	79
Die Bedeutung des Mineralstoffhaushalts . . . . .	79
Fallbeispiel einer Mineralstoffanalyse aus dem Haar mit medizinischer Beurteilung . . . . .	80
Die Durchführung der Mineralstoffanalyse aus dem Haar . . . . .	84
Die Nahrungsergänzung . . . . .	85
<b>Die Erfassung der Umweltgifte – ein Bluttest</b> . . . . .	88
Allergien auslösende Umweltgifte . . . . .	88
Welche Gifte sind wo zu finden? . . . . .	90
<b>Das biologische Entgiftungskonzept und seine Wirkungsweise</b> . . . . .	93

### **Teil III**

<b>Hilfe zur Selbsthilfe – ein Nachschlagewerk</b>	101
<b>Übersicht: Häufige Allergieauslöser</b> . . . . .	102
<b>Selbsthilfe bei Pollen-, Schimmelpilz-, Hausstaub-, Milben- und Tierhaarallergie</b> . . . . .	106
<b>Checkliste: Gifte und Allergene in Nahrungsmitteln</b> . . . . .	113
<b>Checkliste: Gifte und Allergene im Wohnbereich</b> . . . . .	116
<b>Übersicht: Die häufigsten Allergiekrankheiten und ihre Symptome</b> . . . . .	123
<b>Übersicht: Die gebräuchlichsten chemischen Arzneimittel gegen Allergien und ihre Nebenwirkungen</b> . . . . .	130
<b>Die biologische Allergietherapie und das »Kapitel« Krankenkassen</b> . . . . .	136
<b>Auf Ihre Mithilfe kommt es an</b> . . . . .	137
<b>Wichtige Allergiebegriffe</b> . . . . .	138
<b>Literaturhinweise</b> . . . . .	140
<b>Kontaktadressen</b> . . . . .	141
<b>Register</b> . . . . .	142