

THEORIE

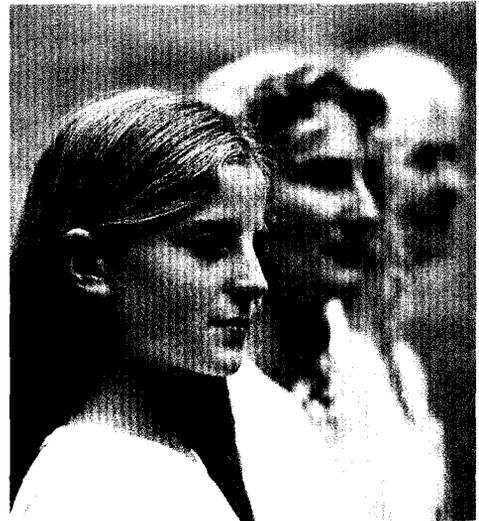
Hilfe durch die ganzheitliche
Therapie 5

AUTOIMMUNERKRANKUNGEN AUS GANZHEITLICHER SICHT 7

Das Immunsystem als Aggressor 8
Die Immunabwehr – Bollwerk
gegen Angriffe von außen 9
Verlust der Immuntoleranz
heißt Autoimmunerkrankung 14
Extra: Forschung auf Hochtouren 17

Die *eine* Ursache gibt es nicht 18
Die Gene als Auslöser 19
Die Rolle von Infektionen 20
Die hormonelle Komponente 21
Stress als Auslöser 24
Extra: Cortisol-Bestimmung 29
Liegen die Ursachen im Darm? 30
Extra: Wie gesund ist Ihr Darm? 35
Vitamin-D-Mangel – Folge
oder Ursache? 36
Weitere mögliche Auslöser 38
Basistherapie der Schulmedizin 39
Die Ziele der Regulations-
therapie 44

Die zehn häufigsten Autoimmun-
erkrankungen 46
Basedow-Krankheit
(Morbus Basedow) 47
Colitis ulcerosa 48
Diabetes Typ 1 49
Hashimoto-Thyreoiditis 50
Lupus erythematoses 51
Morbus Bechterew
(Spondylitis ankylosans) 53
Morbus Crohn 54
Multiple Sklerose (MS) 55
Psoriasis (Schuppenflechte) 56
Rheumatoide Arthritis 58



PRAXIS

GANZHEITLICHES THERAPIE-PROGRAMM FÜR AUTO-IMMUNERKRANKUNGEN 61

Umstimmung in mehreren Schritten	62
Differenzierte Betrachtung des Krankheitsbilds	63
Den Darm sanieren	65
Mit Homöopathie die Lebenskraft stärken	66
Phytotherapie als Begleitmaßnahme	68
Mikronährstofftherapie bei Mangelerscheinungen	69
Gezielte antientzündliche Maßnahmen	70
Autoimmune Beschwerden gezielt behandeln	74
Bewährte Therapien zur Selbstbehandlung	75
Basedow-Krankheit (Morbus Basedow)	75
Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen	80
Hashimoto-Thyreoiditis	86



Multiple Sklerose (MS)	93
Psoriasis (Schuppenflechte)	98
Rheumatoide Arthritis	102
Eine Kortison-Therapie ganzheitlich begleiten	108
DIE ANTIENTZÜNDLICHE ERNÄHRUNG	113
Ernährung als Medizin	114
Mit der Ernährung das Immunsystem modulieren	115
Antientzündliche Rezepte	121

SERVICE

Bücher, die weiterhelfen	138
Adressen, die weiterhelfen	139
Sachregister	141
Rezeptregister	142
Impressum	143