

Inhaltsübersicht

	Vorwort	5
I.	Einleitung	12
	Long- und Post-COVID – Folgen einer Corona-Infektion	12
	Multiple Beschwerden	12
	Schüßler-Salze helfen Körper und Psyche	14
	Kalium arsenicosum bei Schwäche	15
	Kaskadenfermentierte Enzyme	15
	Ätherische Öle – eine sinnvolle Ergänzung	17
II.	Fieber und Entzündung	18
	Parmenídēs von Elea	18
	Die „klassische“ Entzündung nach Galen	20
III.	Das Immunsystem	22
	Wer ist hier der Chef?	22
	Gibt es dafür eine Erklärung?	23
	Welche Immunzellen gibt es?	24
	Ablauf einer Entzündung	28
IV.	Silent Inflammation – die Stille Entzündung	32
	Die Stille Entzündung	33
	Wie der Teufelskreis beginnt	34
	Vordenker Schüßler.	35
	Nachweis einer Chronischen Entzündung (Silent Inflammation)	38
V.	Das Bindegewebe	40
	Prof. Dr. med. Alfred Pischinger	40
VI.	Das Milieu	42
	Prof. Dr. Dr. Louis Pasteur	42
	Die Bedeutung des Milieus	43

	Pasteurs Annahmen	43
	Prof. Dr. Pierre Jaques Antoine Béchamp	44
	Béchamps Annahmen	44
	Ohne Keime kein Leben	44
	Auswirkungen	47
	Prof. Dr. Max von Pettenkofer	48
	Ein intaktes Immunsystem	50
	Ursachen für eine Milieuverschiebung	51
	Wenn der Darm nicht richtig funktioniert	52
VII.	pH-Werte und ihre Bedeutung	54
	pH-Werte	54
	Tagesprofil des Urin pH-Wertes	56
	Funktionen der Bakterien im Darm	58
	Woher kommt die Fehlbesiedlung?	59
	Welche Arten von Fehlbesiedlungen gibt es?	60
VIII.	Long- und Post-COVID	62
	Long- und Post-COVID – Was ist das?	62
	COVID, die 3-Phasen-Unterteilung	63
	Die Vielfalt der Symptome	65
	Vergleichszahlen aus anderen Ländern	67
	Wie kommt es zu Spätfolgen?	67
P R A X I S T E I L		
IX.	Bitterstoffe und Kräuter	70
	Stärkung des Immunsystems	70
	Bitterstoffe und Kräuter – eine alte Mischung	71
X.	Omega-3-Fettsäuren	76
	Rasche Hilfe bei Entzündungen und bessere Gedächtnisleistung	76
	Chronisch Kranke haben oft zu wenig Omega-3-Fettsäuren	76

	Auf Rind, Schwein und Huhn verzichten	77
	Entzündungen schwächen das Gedächtnis	79
	Positive Wirkung auf die Blutgefäße	79
XI.	Ätherische Öle	82
	Die Heilkraft der ätherischen Öle	82
	Das Ätherische Öl Nr. 7	85
	Aroma-Öl Nr. 7 – Anwendung	88
XII.	Gewürze und Pflanzen mit Heilkraft	92
	Gewürznelke (<i>Eugenia caryophyllata</i>)	92
	Zimtrinde (<i>Cinnamomum ceylanicum</i>)	94
	ZEROVIR ProBio	96
XIII.	Schüßler-Salze	98
	Die biochemischen Funktionsmittel	99
	Professor Dr. med. Jacob Moleschott	100
	Mitochondrien, die Kraftwerke der Zellen	101
	Das ATP-Molekül	102
	3 Ferrum phosphoricum (D12)	103
	7 Magnesium phosphoricum (D6)	104
	Magnesium phosphoricum D6, das Schüßler-Salz	
	Nr. 7 – ein Heilmittel der Extraklasse	105
	5 Kalium phosphoricum (D6)	109
	Burnout	110
	9 Natrium phosphoricum (D6)	112
	2 Calcium phosphoricum (D6)	113
	4 Kalium chloratum (D6)	115
	6 Kalium sulfuricum (D6)	116
	10 Natrium sulfuricum (D6)	117
	1 Calcium fluoratum (D12)	118
	12 Calcium sulfuricum (D6)	119
	11 Silicea (D12)	120

XIV.	Biochemische Ergänzungsmittel	120
	13 Kalium arsenicosum (D6)	122
	19 Cuprum arsenicosum (D6)	123
	21 Zincum chloratum (D12)	125
	24 Arsenum jodatum (D6)	126
XV.	Homöopathische Heilmittel	128
	Acidum phosphoricum (D6)	128
	Okoubaka (D4/D6/D12)	129
	Selenium (D6)	130
	Kalmia (D6/D12) (<i>Berglorbeer</i>)	132
XVI.	Vitamine und Mineralstoffe	134
	Vitamin D ₃	134
	Vitamin D durch ausreichenden Sonneneinfluss	134
	Folgen von Vitamin D Mangel	136
	Säureblocker und Cortison können das Vitamin D reduzieren	140
	Quellen aus der Nahrung oft nicht ausreichend	140
	Vitamin D Wert bestimmen lassen	142
	Vitamin D ₃ – das „Sonnenvitamin“	142
	Vitamin D und COVID-Behandlungen	143
	Vitamin D Spiegel im Blut – Laborwerte	144
	Vitamin K ₂ MK-7 (Menachinon)	146
	Vitamin K ₂ : Schutz für Knochen und Arterien	146
	Vitamine und Mineralstoffe zur Prävention	152
	Mit Vitaminen vorbeugen	153
	Vitalstoff-Verlust unserer Lebensmittel	154
XVII.	Enzyme	156
	Enzyme steuern das Stoffwechselgeschehen	156
	Enzyme aus frischem Obst und Gemüse	158
	Erfolgreiche Anwendung von kaskadenfermentierten Enzymen	161
	Blockaden lösen mit der „Schaukeltherapie“	163
	Was braucht unser Immunsystem?	164

XVIII.	Die Heilkraft der Knospenmazerate	166
	Schwarze Johannisbeere (<i>Ribes nigrum</i>)	166
	Mammutbaum (<i>Sequoia gigantea</i>)	168
	Feigenbaum (<i>Ficus carica</i>)	169
XIX.	Heilkraft der Vital- und Heilpilze	170
	Reishi (<i>Ganoderma lucidum</i>)	170
	Zunderschwamm (<i>Fomes fomentarius</i>)	173
	Chaga (<i>Inonotus obliquus</i>)	178
	Shiitake (<i>Lentinula edodes</i>)	180
XX.	Heilkraft der Heilpflanzen	184
	Echinacea	184
	Acerola	186
	Mit Vitamin C Langzeitfolgen lindern	187
	Ingwer (<i>Zingiber officinale</i>)	188
	Ausgeprägte Milzschwäche	189
	Cistuskraut (<i>Cystus incanus</i>)	190
	Andorn (<i>Marrubium vulgare</i>)	191
	Salbei (<i>Salvia officinale</i>)	192
	Schwarzrettich (<i>Raphanus sativus</i> L.)	194
	Zinnkraut (<i>Equisetum arvense</i>)	195
	Zinnkraut für Herz und Haut	197
	Zwiebel (<i>Allium cepa</i> L.)	198
	Borretsch (<i>Borago officinalis</i>)	200
	Aufbau-Kur mit Kaktusfeige und Hafer bei Long- & Post-COVID	203
	Gesund durch Heilpflanzensäfte gegen Stressbeschwerden jeglicher Art.	205
XXI.	Propolis – das Wertvollste aus dem Bienenvolk	210
XXII.	Fälle aus der Facharztpraxis	212
XXIII.	Vorbeugen ist die beste Medizin	224
	Stichwortverzeichnis	226
	Symptome / Wirkungen.	228