

Inhaltsverzeichnis

Vorwort der Stiftung Ökologie & Landbau	7
Vorwort der Herausgeberin der deutschen Ausgabe	7
Vorwort zur vierten Auflage	12
Einführung: Dr. Randolphs Alternative von Ralph W. Moss, Ph. D.	15
I. Die Grundlagen	33
1. Verborgene Süchte	33
2. Die Hochs und Tiefs im Leben eines Süchtigen	52
3. Empfindlichkeit gegen Chemikalien	65
4. Die Chemikalien in unserer Nahrung	77
5. Die Gefahren von Arzneimitteln, Kosmetika und Parfüms	99
6. Luftverschmutzung im Haus	106
7. Luftverschmutzung im Freien	128
II. Stadien und Symptome umweltbedingter Krankheiten . . .	143
8. Reaktionsstadien bei umweltbedingten Krankheiten . .	143
9. Hyperaktivität (Plus-zwei-Reaktion)	148
10. Alkoholismus (Plus-zwei-Reaktion)	158
11. Stadien der Entzugsreaktionen	170
12. Kopfschmerzen (Minus-zwei-Reaktion)	179
13. Arthritis und verwandte Muskel- und Gelenkschmerzen (Minus-zwei-Reaktionen)	186
14. Müdigkeit (Minus-zwei-Reaktion) und geistige Erschöpfung (Minus-drei-Reaktion)	200
15. Depression (Minus-drei- und Minus-vier-Reaktionen) .	212
III. Leben in der modernen Umwelt	227
16. Anamnese und Testverfahren in der Arztpraxis	228
17. Die umweltkontrollierte Abteilung	239

18. Nahrungsmittelallergien unschädlich gemacht: Die abwechslungsreiche Rotationsdiät	255
19. Der Chemikalien-Fragebogen	270
20. Leben trotz Chemikalien	289
IV. Schlußfolgerungen	305
21. Klinische Ökologie gegen konventionelle Medizin	305
Anhang	317
A. Klinische Ökologen in Amerika, die in einer umwelt- kontrollierten Krankenhausabteilung praktizieren	317
B. Weitere Informationsquellen (USA)	318
C. Empfohlene englischsprachige Lektüre	320
Anmerkungen	322
Die Familien der Nahrungsmittel	329
Stichwortverzeichnis	349
Deutsche Literaturhinweise	356
Weitere Informationsquellen (deutschsprachiger Raum)	359
Publikationen in der Schriftenreihe „Alternative Konzepte“ der Stiftung Ökologie und Landbau	363