

Inhalt

Menschliche Bewegung als sichtbare Sprache	5
Grundzüge rheumatischer Erkrankungen	12
Ursachen der Krankheit	12
Seelische und biografische Faktoren	13
Das Problem der inneren Wärme (Ich-Ebene)	15
Angespannte Atmungsprozesse (seelische Ebene)	19
Geschwächte oder überschießende Lebensprozesse (Lebenskräfte)	21
Ablagerung und Deformation auf physisch-körperlicher Ebene	24
Anthroposophische Therapie der chronischen Polyarthrit	25
Belebung des Stoffwechsels und Bewegungssystems	25
Überwindung äußerer Kälte	25
Intensivierung des Schmeckens	33
Umstimmung der Darmtätigkeit durch Heilfasten und Diät	36
Was der Rheumakranke selbst tun kann ...	41
Vermeidung konventioneller Immunsuppression	46
Zum Stellenwert von Cortison und Schmerzmitteln (NSAR) im anthroposophischen Therapiekonzept	49
Typische Phasen unter anthroposophischer Therapie	53
Überlegungen vor einem Therapiewechsel	57
Zur Abschätzung der Therapieaussichten	57
Ausblick	58
Anmerkungen	59
Literatur	61