

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	8
Osteoporose oder Widersprüchlicher geht es nicht	11
Ausklammerung der Krankheits- ursachen	20
Osteoporose ist ernährungsbedingt	23
Primäre und sekundäre Osteoporose	27
Osteoporose ist keine Alterskrankheit	31
Osteoporose – ein Problem des gesamten Skeletts	36
Abbauvorgänge nach dem 30. Lebens- jahr?	43
Osteoporose – Spätrachitis im Alter	47
Keine Angst vor Sonne	54
Gebrauch stärkt – Nichtgebrauch schwächt	60
Fragwürdige Therapien	65
Vom Sinn und Unsinn des Röntgens	66
Viel hilft viel?	72

Gemeinnützig für die Pharma- Industrie?	81
Osteoporose – ein Fluoridproblem?	86
Osteoporose – ein Hormonproblem?	93
Ab 50 zum Abfall?	100
Beschwerden in den Wechseljahren müssen nicht sein	104
Ärztlicher Rat aus ganzheitlicher Sicht ..	108
Die Osteoporose in der Sprechstunde oder Die Mühen der Aufklärung	108
Anfragen aus der täglichen Korres- pondenz	125
Ernährung ist nicht alles, aber ohne Ernährung ist alles nichts	131
Literaturnachweis	141