

Inhaltsverzeichnis

1 Ernährung und Narbenheilung	1
1.1 Ausgewogene Ernährung	2
1.2 Vitamine	3
1.3 Mineralstoffe	10
2 Medikamente als Einflussfaktoren in der Wund- und Narbenheilung	17
2.1 First Pass Effekt und Entgiftung	19
2.2 Medikamente und deren Einfluss auf den Mikronährstoffhaushalt	24
2.2.1 Antibiotika	24
2.2.2 Schmerzmittel	26
2.2.3 Antihypertonika	28
2.2.4 Statine (Cholesterinsenker)	30
2.2.5 Protonenpumpenhemmer	33
2.2.6 Antidiabetika	37
2.2.7 Antibabypille	40
3 Hormonelle Dysbalancen und Narben- und Wundheilungsstörungen	43
3.1 Die Hypothalamus-Hypophysen-Schilddrüsen-Achse	45
3.2 Die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren-Achse	46
3.3 Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose)	49
3.4 Autoimmunerkrankungen der Schilddrüse	50

Was Sie aus diesem <i>essential</i> mitnehmen können	53
Literatur	55