

Inhalt

Vorwort des Herausgebers 9

Allgemeine Pathologie (Samprāpti)

01 Ursächliche Faktoren von Āma 12

02 Shat Kriyā Kāla: Vāta 20
Management der sechs Samprāpti-Stadien für Vāta

03 Shat Kriyā Kāla: Pitta 30
Management der sechs Samprāpti-Stadien für Pitta

04 Shat Kriyā Kāla: Kapha 44
Management der sechs Samprāpti-Stadien für Kapha

05 Schmerzen 59
Shūla

06 Das Konzept von Krebs im Ayurveda 77

07 Schilddrüsenstörungen 90

08 Autoimmunerkrankungen 100

09 Diabetes aus ayurvedischer Perspektive 119
Prameha

Anna Vaha Srotas

10 Zöliakie im Hinblick auf Grahani Roga 140

Prāna Vaha Srotas

11 Allergien aus ayurvedischer Sicht 148
Asātmya

12 **Bronchialasthma** 160
 Shvāsa

13 **Urah Shūla** 163
 Brustschmerz

14 **Das Herz** 171

15 **Eine ayurvedische Perspektive zu Fiebern** 179
 Jvara Roga

Rasa/Rakta Vaha Srotas

16 **Bluthochdruck aus ayurvedischer Sicht** 192
 Sirābhinodhana und Dhamanī Pratichaya

17 **Cholesterin und zu viel Kapha** 199
 Ein ganzheitlicher Ansatz

18 **Chronische Borreliose** 203

19 **Chronisches Erschöpfungssyndrom** 208

20 **Brustselbstuntersuchung** 232

21 **Lebererkrankungen** 235

22 **Hautkrankheiten** 253
 Kushtha

23 **Anämie** 282
 Pāndu

Māmsa Vaha Srotas

24 **Fibromyalgie** 294

Meda Vaha Srotas

25 **Adipositas** 297
 Staulya

26 **Cholesterin und Management des Fettstoffwechsels** 302

27 **So bewahrt man ein gesundes Gewicht** 308

Asthi/Majjā Vaha Srotas

28 **Rückenschmerzen und Ischias** 319
 Kati Shūla und Grighrasī

29 **Knochen-, Gelenk- und Bindegewebserkrankungen** 331
 Asthi, Sandhi und Majjā Roga

30 **Arthritis** 337
 Asthi, Sandhi und Majjā Roga

31 **Osteoporose** 353
 Asthi Saushirya

Majjā Vaha Srotas

32 **Kopfschmerzen** 361
 Shirah Shula

33 **Migränekopfschmerzen** 370
 Eine ayurvedische Perspektive

34 **Parkinson-Krankheit** 372
 Vepathu oder Kampa Vāta

35 **Epilepsie** 383

36 **Schlaganfall** 393
 Zerebrovaskulärer Unfall

37 **Restless-Legs-Syndrom** 406

38 **So bleibt das Gehirn gesund** 412

39 **Neuralgie** 420
 Sanchāri Vedana

40 **Multiple Sklerose** 430

41 **Glaukom** 435

42 **Makuladegeneration** 441

43 **Netra Roga** 446
 Augenerkrankungen

Shukra Vaha Srotas

44 **Männerspezifische Erkrankungen** 467

45 **Impotenz** 476
 Klaibya

46 **Vergrößerte Prostata und Prostatitis** 479
 Ashtila Vruddhi

Ārtava Vaha Srotas

47 **Frauenspezifische Erkrankungen** 482

48 **Endometriose** 501
 Kapha Āvrita Rakta

Purisha Vaha Srotas

49 **Reizdarmsyndrom** 511
 Pakvāshāya Kūpita Dosha

Mano Vaha Srotas

50 **Die Kunst, hyperaktive Kinder zu erziehen** 524
 Chanchalatā

51 **Schlaf und Träume** 531

52 **Schlafstörungen** 544

53 **Demenz und Alzheimer** 557

54 **Depression** 571

55 **Die Rolle von Emotionen bei der Krankheitsmanifestation** 584

Anhang..... 584

Stichwortverzeichnis..... 613

Bildnachweis 635

Über den Autor 636