

# Inhaltsverzeichnis

<b>Essentielle Vorbemerkungen .....</b>	<b>13</b>
-----------------------------------------	-----------

## **Kapitel 1**

### **Grundgesetze des Lebens und das mentale Immunsystem**

Wissenschaft auf Abwegen .....	25
Gesetz des Minimums .....	28
Gesetz des Maximums .....	39
Homöostase – bewegte Stabilität zwischen Extremen .....	41
Immunologische Lernfähigkeit – körperlich wie mental .....	44
Evolution der Großmutter .....	51
Das mentale Immunsystem des Menschen wächst und reift lebenslang .....	53
Essentielle Funktionen des mentalen Immunsystems .....	59

## **Kapitel 2**

### **Essentiell oder nicht essentiell? – das ist die essentielle Frage**

Wie beweist man Essentialität? .....	61
Argument 1: Entwicklungsstörungen und Krankheiten: Das Mentale Immundefizienz-Syndrom durch Lithiummangel ...	68
<i>Epidemiologie des</i> <i>Mentalen Immundefizienz-Syndroms (MIDS)</i> .....	68
<i>Neuropsychiatrische Entwicklungsstörungen</i> .....	69
<i>Suizidrate</i> .....	70
<i>Antisoziales Verhalten</i> .....	75
<i>Depression und Alzheimer-Demenz</i> .....	77
<i>Mentales Immundefizienz-Syndrom (MIDS) – ein Lithiummangel-Syndrom</i> .....	78
Argument 2: Fehlregulation des Lithiums unter Lithiummangel erklärt die klinische Symptomatik des Mentalen Immundefizienz-Syndroms .....	82

<i>Wie man auf dem falschen Weg das Lithiom entdeckte .....</i>	82
<i>Auf den Spuren des Lithioms .....</i>	84
<i>Die Komplexität des Lithioms .....</i>	89
<i>Lithium reduziert die Aktivität einiger seiner Schlüssel-Targets ...</i>	91
<i>Das Lithiom im Zentrum des Lebens .....</i>	98
<i>Lithium im Zentrum des mentalen Immunsystems.....</i>	106
<i>Argument 3: Bedarfsgemäß regulierte Lithiumionenverteilung...</i>	108
<i>Lithiumakkumulation in neurogenen Zonen .....</i>	108
<i>Direktionale Lateralisierung eines leistungsfähigeren Gehirns ....</i>	113
<i>Linker Hippocampus: Zentrum des mentalen Immunsystems? ....</i>	115
<i>Lithiumtransporter und Lithiumkanäle .....</i>	118
<i>Argument 4: Lithiumtargets sind essentiell und deren Regulation durch Lithium ist evolutionär hochkonserviert .....</i>	122
<i>Evolution der Vielfalt des Lebens .....</i>	122
<i>IMPase, ein Lithium-reguliertes Ur-Gen .....</i>	128
<i>Argument 5: Lebensverkürzende und nachwuchsreduzierende Auswirkung eines Lithiummangels .....</i>	136
<i>Tierexperimentelle Evidenz der Essentialität .....</i>	136
<i>Die Essentialität von Lithium bei Ratten .....</i>	137
<i>Die Essentialität von Lithium bei Ziegen .....</i>	139
<i>Die Essentialität von Lithium beim Menschen .....</i>	140
<i>Auf den Menschen übertragbare Tierversuche .....</i>	147
<i>Evidenz der Essentialität in drei verschiedenen Spezies .....</i>	150
<i>Argument 6: Lithium war in der für die Evolution des Menschen entscheidenden Phase in physiologisch relevanter Menge in der Nahrung vorhanden .....</i>	152
<i>Die Evolution des mentalen Immunsystems des Menschen .....</i>	152
<i>Die "Vertreibung" aus dem "Garten Eden" .....</i>	161
<i>Meeresfrüchte der Erkenntnis? .....</i>	167
<i>Lithium ist essentiell .....</i>	170

## **Kapitel 3**

### **Essentielle Spuren eines essentiellen Wirkstoffs**

<i>Lithiumbedarf .....</i>	173
<i>Lithiumversorgung der Allgemeinbevölkerung .....</i>	177

Lithiumspiegel von "normal"	
über „natürlich“ bis hin zu „toxisch“ .....	181
Natürliche Lithiumspiegel messen .....	190
Essentieller Lithiumbedarf für Kinder,	
in der Schwangerschaft und Stillzeit .....	192
Was den Lithiumspiegel beeinflusst .....	200
Wechselwirkungen von Lithium mit Vitalstoffen	
und Medikamenten .....	201
Natürliche Lithiumquellen .....	205
(Rezeptierte) Nahrungsergänzung mit Lithium .....	210
Ist Lithiumorotat das bessere Lithiumsalz? .....	211

## Kapitel 4

### **Psychoneuroimmunologie – das Lithiom als Bindeglied zwischen Körper, Geist und Seele?**

Teufelskreis der Neuroinflammation .....	219
Mikrogliazellen und ihre Gefahrensensoren .....	221
DAMPs schließen den neuroinflammatorischen Teufelskreis ...	227
Systemischer Präventions- und Therapieansatz	
multikausaler chronischer Erkrankungen .....	233
<i>Die Methusalem-Formel und das Gesetz des Minimums</i> .....	234
<i>Die Methusalem-Formel und das Gesetz des Maximums</i> .....	249
Prävention und Therapie des	
Mentalen Immundefizienz-Syndroms .....	252
Autismus-Spektrum-Störung .....	254
Bipolare Störung .....	269
Schizophrenie .....	272
Tourette-Syndrom .....	274
Borderline-Persönlichkeitsstörung .....	275
Suchtverhalten .....	276
AD(H)S .....	279
Depression .....	280
Suizidneigung .....	281
Störung des Sozialverhaltens .....	282
Angststörungen .....	284

Schmerzsyndrome .....	285
<i>Polyneuropathie und der neuropathische Schmerz</i> .....	285
<i>Migräne</i> .....	287
<i>Cluster-Kopfschmerz</i> .....	291
Epilepsie .....	292
Neurodegenerative Erkrankungen .....	294
<i>Alzheimer-Demenz</i> .....	295
<i>Parkinson-Krankheit</i> .....	306
<i>Frontotemporale Demenz</i> .....	307
<i>Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)</i> .....	308
<i>Chorea Huntington</i> .....	310
<i>Vaskuläre Demenz</i> .....	310
Neuroinflammation soweit das Auge reicht? .....	311

## Kapitel 5

### **Zytokinsturm – akut lebensbedrohlicher Lithiummangel**

Die Geschichte eines lebensbedrohlichen inneren Sturms .....	313
Lithium schützt vor viralen Zytokinstürmen .....	317
Lithium schützt vor bakteriellen Zytokinstürmen .....	322
Lithium schützt vor traumatischen Zytokinstürmen .....	323
Lithium schützt vor autoimmunen Zytokinstürmen .....	326
Multiple Sklerose .....	327
Typ-1-Diabetes mellitus .....	330
Rheumatoide Arthritis .....	331
Systemischer Lupus erythematodes .....	332
Lithium-Schutz unerwünscht? .....	332

## Kapitel 6

### **Lithium for Life**

Lässt sich die Uhr des Lebens nur einmal aufziehen? .....	335
Die Uhr des Lebens tickt in Telomeren .....	337
Lithium schützt das Herz-Kreislauf-System .....	340
Lithium fördert die Nierenfunktion .....	343
Lithium aktiviert den Energiestoffwechsel .....	345

Lithium hält den Bewegungsapparat fit .....	347
Essentielles Lithium schützt vor Krebs .....	350
Lithium – einfach gesund .....	354

## **Kapitel 7**

### **Essentielles Lithium – Schlüssel und Symbol für die Renaissance einer menschengerechten Medizin**

Lithiumverbot – Demaskierung einer menschenfeindlichen Industrie .....	357
Die Missgeburt der modernen Krankheitsindustrie .....	373
Chronische Krankheiten als selbsterfüllende Prophezeiung .....	380
"Versalzen" – oder wie man ein essentielles Spurenelement verbieten konnte .....	384
Lithium – der Stein des Anstoßes hin zu einer artgerechten Medizin .....	395
Lithium – Symbol für den Aufbruch in eine friedfertigeren Zukunft? .....	401

<b>Endnoten</b> .....	408
-----------------------	-----

<b>Danksagung</b> .....	463
-------------------------	-----