

Inhalt

Vorwort	9
DAS BIOLOGISCHE IMMUNSYSTEM	
Wenn uns der typisch medizinische Blick tief in den Körper und am Ende doch in eine Scheinrealität führt	15
Von Makrophagen, Lymphozyten und anderen tapferen Kämpfern für Ihr Wohl	19
Ist damit alles erklärt und geklärt? Erkenntnistheoretische Fallstricke	39
<i>Was Sie für Ihr (biologisches) Immunsystem tun können</i>	<i>57</i>
SICKNESS BEHAVIOR	
Wenn das Immunsystem unser Erleben und Verhalten steuert	59
Ein hilfreicher Trick vom Immunsystem	61
Stichwort »Behavioral«	63
Das Go nach der Genesung: Health Behavior	75
<i>Was Sie (im Sinne des Sickness Behavior) für Ihr Immunsystem tun können</i>	<i>77</i>
DAS BEHAVIORALE IMMUNSYSTEM	
Wenn wir lieber die Straßenseite wechseln	79
Bewusste und unbewusste Verhaltensweisen als Immunschutz	83
Biologie über allem?	95
<i>Was Sie für Ihr (biobehaviorales) Immunsystem tun können</i>	<i>113</i>

WELTBILDER MIT FOLGEN

Wenn Medizin neu gedacht wird	115
Biomedizinisches Paradigma – Stein der Weisen oder gefährliche Scheinrealität?	117
Das Fachgebiet der Psychoneuroimmunologie (PNI) ..	129
Das biopsychosoziale Modell	135
<i>Was bedeutet das alles für Ihr Immunsystem?</i>	<i>161</i>

DAS PSYCHISCHE IMMUNSYSTEM

Wenn es bedeutsam wird	163
Psychische Infektionsherde	165
Berührung und Bedeutung als Medizin	169
Positive Psychologie: Resilienz und Selbstwirksamkeit	187
Ein Ausflug zur »Geometrie der Seele«	195
<i>Was Sie für Ihr (biopsychologisches) Immunsystem tun können</i>	<i>206</i>

DAS SOZIALE IMMUNSYSTEM

Wenn Beziehung zur Basis der medizinischen

Betrachtung wird 207

Psychosoziale Abwehrmechanismen 211

Autoimmunerkrankungen neu verstehen 217

Als Mensch in der Maschinenmedizin:

ein Fallbeispiel 225

Psychosoziale Infektionsherde 235

Wie Politik und Medizin in der Coronazeit so

desaströs versagten 243

»Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles« – auch

auf Hawaii 253

Was Sie für Ihr (biopsychosoziales) Immunsystem

tun können 259

Neues Menschenbild, neue Medizin, neue Welt 261

Anmerkungen 264

Register 269