

Inhalt

Zum Geleit <i>von Ruth Maria Kubitschek</i>	9
Vorwort <i>der Autorin</i>	11
Einführung <i>von Hans-Heinrich Jörgensen</i>	13
I. Grundlagen	17
Schüßler und seine Zeit	17
Einführung in die Biochemie nach Schüßler	20
Empfehlungen zur Einnahme	27
Allgemeine Empfehlungen zur Ernährung	32
Die biochemischen Mittel im Überblick	37
Die 12 biochemischen Ergänzungsmittel	62
II. Schwangerschaft und Geburt	75
Wenn die Frau zur Mutter wird...	75
Biochemie für werdende Eltern	76
Biochemie in der Schwangerschaft	78
Biochemie für die Geburt	79
Biochemie nach der Geburt – Wochenbett – Stillen	81
Biochemie für das Kind	83
III. Kinderheilkunde	85
Einführung	85
Symptome von A – Z	87
Flüssigkeitsbedarf und Teemischungen	102
IV. Entwicklung und Pubertät	105
Krisenhafte Zeit des Wandels	105
Biochemie nach Dr. Schüßler	111

V. Wechseljahre	115
Einführung	115
Biochemie nach Dr. Schüßler	121
Heilkräuter und Tees	126
Weitere Maßnahmen	129
Wechseljahre als Aufbruch	132
VI. Spezifische Krankheitsbilder	135
Entzündungen	135
Fibromyalgie-Syndrom (FMS)	150
Erkrankungen des Nervensystems	156
Osteoporose	176
Eisenmangelanämie	183
Metabolisches Syndrom	190
VII. Kuren mit Biochemie	205
Frühjahrskur	205
Herbst-Winter-Kur	210
Immunkur und Kur bei belastetem Lymphsystem	214
Kur zur Entsäuerung, Reinigung und Entschlackung	220
Biorhythmus-Kur	224
Schönheitskur für Haut und Haare	228
Kur bei Rheuma-Erkrankungen	232
Abnehm-Kur	240
ADHS-Kur	244
VIII. Krankheiten von A–Z	247
 Anhang	 369
Zur Autorin	375
Weitere Veröffentlichungen der Autorin	376
Quellenangaben	377
Stichwortverzeichnis	378