

VORWORT **8**

Augenerkrankungen mit Erfolg naturheilkundlich therapieren	9
Zum Aufbau des Buches.....	10

AUFBAU DES MENSCHLICHEN AUGES **11**

Die Netzhaut	11
Die Makula	13

MAKULA-DEGENERATION **14**

Was ist eine Makula-Degeneration?	14
<i>Trockene Form der Makula-Degeneration (14)</i>	
<i>Feuchte Form der Makula-Degeneration (16)</i>	
Symptome der Makula-Degeneration	18
Ursachen der Makula-Degeneration aus naturheilkundlicher Sicht	20
<i>Bildung von Drusen (21)</i>	
<i>Naturheilkundlicher Diskurs - Durchblutung (24)</i>	
<i>Ablagerung von Stoffwechselprodukten (26)</i>	
Grundsätzliches zur Vermeidung und Heilung von Makula-Degeneration	27
Wie sieht eine basische Lebensweise aus?	28
Was leistet die Naturheilkunde bei Makula-Degeneration?	29

DIABETISCHE RETINOPATHIE **34**

Was ist eine Diabetische Retinopathie?	34
Symptome bei Diabetischer Retinopathie	35

Die Ursachen der Diabetischen Retinopathie aus naturheilkundlicher Sicht.....	36
<i>Naturheilkundlicher Diskurs - Diabetes (23)</i>	
Was leistet die Naturheilkunde bei Diabetischer Retinopathie?	38

THERAPIEVERFAHREN 40

Augenakupunktur	40
<i>Der Faktor Psyche (44)</i>	
Atemtherapie	45
<i>Die taoistische Bauchatmung (46)</i>	
<i>Vorteilhafte Auswirkungen der Bauchatmung (47)</i>	
<i>Anleitung zur taoistischen Bauchatmung (48)</i>	
<i>Regelmäßige Praxis (49)</i>	
Farbtherapie.....	49
<i>Farbtherapie nach Dr. Möller (50)</i>	
<i>Farbtherapie in der Naturheilkunde (51)</i>	
Ernährung	52
<i>Regeln für eine gesunde Ernährung (52)</i>	
<i>Vorteile der Ernährungsumstellung (56)</i>	
Biochemie nach Dr. Schüssler	56
<i>Was sind Schüssler-Salze? (57)</i>	
<i>Die Wirkweise von Schüssler-Salzen (57)</i>	
<i>Schüssler-Salze in der Praxis (59)</i>	
Homöopathie	60
<i>Klassische Homöopathie (61)</i>	
<i>Komplexhomöopathie (61)</i>	

SELBSTHILFEMASSNAHMEN 63

Wichtige Hinweise.....	63
Ratschläge zur Ernährung	64

Hilfe aus der Kräuterküche	65
<i>Neutralisierung von Säuren (65)</i>	
<i>Reinigung der Blutgefäße (66)</i>	
<i>Entlastung der Nieren (67)</i>	
Schüssler-Salze	68
Atemtherapie	68
<i>Richtiges Atmen im Alltag (69)</i>	
Elektroakupunktur und Akupressur.....	69
<i>Elektroakupunktur (70)</i>	
<i>Akupressur mithilfe einer Stricknadel (71)</i>	
Licht-Therapie	72
Sanftes Augentraining.....	73
<i>Übung 1: Augenrollen (73)</i>	
<i>Übung 2: Lockerung der Augenmuskeln (74)</i>	
Weitere allgemeine Empfehlungen	76
<i>Wichtige Hinweise (77)</i>	

ANHANG 78

Typische Anzeichen einer AMD	78
Amsler-Gitter-Test	79