

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	9
Was ist Rheuma?	9
Ursprung des Rheumas ist die Erkrankung des weichen Bindegewebes (Mesenchym)	10
Die biochemische Struktur des weichen Bindegewebes	12
Die Verknüpfung des weichen Bindegewebes mit dem Hormonsystem und dem vegetativen Nervensystem	13
Das Experiment im Royal Free Hospital in London oder die wunderbare Wirkung der Bircherschen Rohkostbehandlung	15
Die Patientin mit sekundär-chronischer Polyarthritid	16
Grenzen der Heilungsmöglichkeiten	18
Wissenschaftliche Grundlagen der Ordnungstherapie der rheumatischen Krankheiten	22
„Der rheumatische Formenkreis“	27
Die chronische Polyarthritid (cP oder pcP)	27
Die Spondylarthritis ankylosans (Morbus Bechterew)	28
Die Psoriasisarthritis	28
Die juvenile chronische Arthritis	29
Die Kollagenosen oder Konnektivitiden	29
Die Polymyalgia rheumatica	30
Die Gicht	31
Der Weichteilrheumatismus	31
Infektiöse Arthritiden	31
Die Arthrose	32
Die Behandlung der rheumatischen Krankheiten	33
Die Ordnung der Nahrungsmittel, der Mahlzeiten und der Lebensweise	33

Die Befreiung von Infektherden und Schwermetallbelastungen	36
Die Physiotherapie	38
Die Bewegungstherapie	38
Die Hydrotherapie	39
Der Kohlwickel	40
Der Quarkwickel	40
Die Heilerde	41
Die Heublumen	41
Der Fango	41
Der Nackenguß nach Kneipp	42
Der Lendenguß nach Kneipp	42
Die Dampfkomprese nach Kneipp	42
Pflanzliche Heilmittel bei Rheuma	43
Die Behandlung von Infektionen	44
Die homöopathische Therapie	45
Die neue wissenschaftliche Akupunktur	48
Manualtherapie, Chiropraktik und Osteopathie	48
Die Neuraltherapie nach Huneke	49
Medikamentöse Behandlung	50
Die operative Behandlung	53
Der Heilplan	54
Die Heildiät	54
Zur Vorbeugung und zur Vermeidung von Rückfällen	55
Die vier Diätstufen	58
Die Diätstufe I	58
Die Diätstufe II	60
Die Diätstufe III	62
Kleine Austauschtafel für tierische Produkte, die bei Diätstufe III weggelassen werden müssen	63
Die Diätstufe IV	64

Die Rezepte	66
Säfte	67
Müesli	69
Rohgemüse und Salate	72
Salatsaucen	74
Milcharten	77
Butter, Pflanzenfette und Öle. Schonendes Kochen und Dämpfen	78
Suppen	80
Gemüse	85
Salate von gekochten Gemüsen	95
Kartoffelgerichte	97
Getreidespeisen	100
Saucen	105
Belegte Brötchen	108
Süßspeisen	109
Gesundheits-Tees	115
Rezeptverzeichnis	117
Literaturverzeichnis	119
Sachregister	122