

Inhalt

Einleitung	11
Labor ganzheitlich – Interpretation der Laborwerte	15
Das Blutbild – Bedeutung der Blutwerte	19
Erythrozyten 20 • Hämoglobin 21 • Hämatokrit 22 • MCV – mittleres Zellvolumen der Erythrozyten 23 • MCH – mittlerer zellulärer Hämoglobingehalt 24 • MCHC – mittlere zelluläre Hämoglobinkonzentration 25 • Leukozyten – weiße Blutkörperchen 25 • Granulozyten oder Neutrophile 27 • Lymphozyten 27 • Eosinophile Granulozyten 29 • Basophile Granulozyten 29 • Monozyten 30 • Thrombozyten 32 • Entzündungswerte im Blut 34 • Blutsenkungsgeschwindigkeit (BSG) 34 • C-reaktives Protein (CRP) 34	
Elektrolyte	36
Kalium stärkt die Nerven und die Psyche 38 • Calcium sorgt für Stabilität und Festigkeit 40 • Natrium – das Salz des Lebens 43 • Magnesium – unser Supermineral 45 • Beurteilung der Elektrolyte in Vollblut und Serum 48	
Vitamine	52
Vitamin A – Retinol 53 • Vitamin B1 – Thiamin 54 • Vitamin B2 – Riboflavin oder Lactoflavin 56 • Vitamin B3 – Niacin 57 • Vitamin B5 – Pantothensäure 58 • Vitamin B6 – Pyridoxin 59 • Vitamin B7 – Biotin 60 • Vitamin B9 – Folsäure 61 • Vitamin B12 – Cobalamin 62 • Vitamin C – Ascorbinsäure 64 • Vitamin D – Calciferol 65 • Vitamin E – Tocopherol 67 • Vitamin K – Phyllochinnon/Menachinon 68	
Unsere Organe	69
Die Niere, unser Licht- und Luftorgan	69
Der Nierenmeridian 70 • Verbindung zu anderen Organen 71 • Emotionen der Niere 71 • Die Niere im Labor 72 • Kreatinin 72 • Harnstoff 73 • Cystatin C 73 • Serumelektrolyte 73 • Kupfer 74 • Ursachen für Nierenversagen 74 • Was tut der Niere gut? 74 • Ingwer-Nierenwickel 75 • Hinweise für Therapeuten 76	

Leber und Galle – die Nacharbeiter	76
Verbindung zu anderen Organen 77 • Emotionale Bedeutung von Leber und Galle 78 • Zinn und Eisen 78 • Leber und Galle im Labor 79 • Bilirubin 79 • Transaminasen – GPT und GOT 81 • Gamma-GT (Gamma-Glutamyltranspeptidase) 82 • GLDH (Glutamatdehydrogenase) 83 • CHE (Cholinesterase) 84 • Alkalische Phosphatase 85 • Beispiel eines Laborbefunds 87 • Ernährungshinweise bei Leberbelastungen 88 • Der Leberwickel 88	
Die Milz – das Organ der Mitte	89
Die Milz im Labor 89 • Erweiterte Sichtweise der Milz 89 • Naturheilkundliche Unterstützung der Milz 90	
Die Bauchspeicheldrüse – das Doppelorgan	91
Enzyme der Bauchspeicheldrüse 91 • Amylase 91 • Lipase 93 • Pankreas-Elastase 93 • Erweiterte Bedeutung der Bauchspeicheldrüse 93 • Naturheilkundliche Unterstützung der Bauchspeicheldrüse 94 • Hinweise für Therapeuten 95	
Das Herz – Pumpe oder Sinnesorgan?	96
Pumpe oder Mischorgan? 97 • Das Herz im Labor 98 • Creatin-Kinase – CK und CK-MB 98 • Hydroxybutyrat-Dehydrogenase (HBDH) 99 • Troponin 99 • Kalium 99 • Herzintelligenzwerte im Blut 100 • Naturheilkundliche Unterstützung des Herzen 101 • Hinweise für Therapeuten 102 • Traurige Seele – armes Herz 103	
Der Stoffwechsel	104
Was ist Stoffwechsel?	104
Anaboler und kataboler Stoffwechsel	105
Auswirkung der Ernährungsweise auf den Stoffwechsel 107 • Beispiel eines Laborbefunds 109	
Diabetes mellitus Typ 2 und metabolisches Syndrom im Labor	110
HbA1c (Langzeitzuckerwert) 110 • Triglyceride 110 • Diabetes mellitus Typ 2/ metabolisches Syndrom – Ernährungstherapie und Begleitbehandlung 111 • Erweiterte Sichtweise zum Diabetes mellitus Typ 2 115	

Harnsäure – ein Thema der Kohlenhydrate	116
Erhöhte Harnsäurewerte 116 • Zucker aus Eiweiß – Gluconeogenese 117 •	
Reduzierte Harnsäurewerte 117 • Erweiterte Bedeutung der Harnsäure 117	
Cholesterin – ein lebensnotwendiger Baustein.....	118
Was ist Cholesterin? 118 • Welche Aufgaben hat Cholesterin? 119 • Was be-	
wirkt eine Senkung des Cholesterins mit Medikamenten? 120 • Fazit 121 •	
Analoge Bedeutung des Cholesterins 121	
Gesamteiweiß.....	122
Analoge Entsprechung und erweiterte Sichtweise zum Gesamteiweiß 122 •	
Hinweise für Therapeuten 123	
Eisenstoffwechsel	123
Welche Funktion hat das Eisen? 123 • Symptome des Eisenmangels 124 • Ur-	
sachen des Eisenmangels 124 • Eisenverteilung im Körper 125 • Eisenstoff-	
wechsel im Labor 125 • Ferritin – Speichereisen 125 • Transferrin – das Eiweiß	
für den Eisentransport 125 • Serum-eisen 126 • Hämoglobin – unser Blutei-	
sen 126 • Lösliche Transferrinrezeptoren – LTR 126 • Diagnose: Eisenman-	
gel 126 • Stufen des Eisenmangels im Labor 127 • Ernährung und Eisen 127	
• Hinweise zur Eisentherapie für Therapeuten 128 • Laborbeispiele 129 • Er-	
weiterte Sichtweise zum Eisen (und Kupfer) 130	
Wenn Nahrungsmittel krank machen.....	134
Differenzierung der Nahrungsmittelreaktionen 134 • Allergische Reaktionen auf	
Nahrungsmittel 135 • Behandlung von Nahrungsmittelallergien 136 • Darm-	
barrierestörungen – Immunreaktion auf Nahrungsmittel – IgG 137 • Enzymo-	
pathie: Laktoseintoleranz 137 • Enzymblockade: Fruktosemalabsorption 139	
• Enzymopathie: Glutenunverträglichkeit 139 • Enzymopathie: Histaminintol-	
eranz 140 • Stoffwechselbedingte Nahrungsmittelunverträglichkeiten 141 •	
Kuhmilch und Kuhmilchprodukte 142 • Weizen – eine Herausforderung für	
den Stoffwechsel 143 • Individuelle Ernährung ist nötig und möglich 144	

Hormone	145
Tanz der Hormone 145 • Der Weg zum Ziel 146 • Untersuchung der Hormone 146 • Hypothalamus und Hypophyse 147 • Hypophysenhormone und deren Funktionsweise 148 • Wachstumshormon (STH) 148 • Prolaktin 149 • Oxytocin 149 • Antidiureisches Hormon – ADH 149 • Schilddrüse – TSH 150 • Nebenniere – ACTH 150 • Gonaden – LH und FSH 150 • Erweiterte Betrachtung der Hypophyse 150 • Hinweise für Therapeuten 151	
Schilddrüse	152
Schilddrüsenhormone und deren Bedeutung 153 • TSH – Schilddrüsenstimulierendes Hormon 153 • Schilddrüsenhormone T3 (Trijodthyronin) und T4 (Thyroxin) 153 • Über- oder Unterfunktion (Hyper- oder Hypothyreose) 154 • Mögliche Auslöser und Ursachen 156 • Verlauf der Hashimoto-Thyreoiditis 158 • Morbus Basedow (Basedow'sche Krankheit) 159 • Erweiterte Betrachtung der Schilddrüse 159 • Hinweise für Therapeuten – Was leistet die Naturheilkunde? 160	
Steroidhormone	161
Nebennieren	163
Cortisol – das Alphahormon 164 • Untersuchung des Cortisolspiegels im Tagesverlauf 165 • Dehydroepiandrosteron (DHEA) 166 • Sekundäre Laborparameter mit Hinweis auf eine Nebenniereninsuffizienz 167 • Erweiterte Betrachtung der Nebenniere 167 • Hinweise für Therapeuten – Naturheilkundliche Therapie der Nebenniere 168	
Keimdrüsenhormone im Lauf des Lebens	169
Die Pubertät 169 • Der weibliche Zyklus 170 • LH (luteinisierendes Hormon) 172 • FSH (follikelstimulierendes Hormon) 172 • Östrogen und Progesteron 173 • Testosteron 174 • Hormonelle Balance 174 • Östrogendominanz 177 • Östrogenmangel 178 • Testosteronmangel 178 • Progesteronmangel 179 • Wechseljahre 180 • Übergewicht in den Wechseljahren 181	
Ausgleich hormoneller Störungen	182
Heilpflanzen 182 • Homöopathische Heilmittel 184 • Prämenstruelles Syndrom (PMS) 184 • Klimakterische Beschwerden 185 • Hormonersatztherapie (HET) 185 • Bioidentische Hormontherapie (BHT) 185 • Worüber freut sich das Hormonsystem? 186	

Umweltbelastungen und Möglichkeiten der Entgiftung	187
Die körpereigene Entgiftung 188 • Labordiagnostische Möglichkeiten 189 • Genetische Untersuchung 189 • Laboruntersuchungen des Blutes 190 • Glutathion 190 • Erweiterte Bedeutung des Glutathions 191 • Was unterstützt das Glutathion? 192 • Laborparameter der Ausleitungsphase 192 • Laborparameter der Ausscheidungsphase 192 • Bestimmung einzelner Giftstoffbelastungen 193 • Durchführung der Schwermetalluntersuchung 193 • Laborbefund und Beurteilung 195 • Naturheilkundliche Unterstützung der körpereigenen Entgiftung 196	
Aspekte in der Laboranalyse	197
»Schauspieler« – die Innen-Außen-Darstellung 197 • Mangel an Selbstvertrauen – es gibt noch viel zu entdecken 199 • Mangelnder Schutz gegenüber äußeren Einflüssen 201 • Wandlung, Veränderung und Erneuerung 203 • Naturheilkundliche Begleitung 206 • Die Lebensumgebung 206 • Ich- und Dubezogenheit 208 • Lust auf Leben? 209 • Der Genussmensch 210 • Angst 211 • Fremdbestimmung 212 • Willensstärke – Willensschwäche 213	
Erkrankungen – Ausdruck einer gestörten Regulation	216
Schuppenflechte (Psoriasis) 216 • Osteoporose (Knochenschwund) oder Osteomalazie (Knochenerweichung)? 220 • Autismus – Störungen in der Reflexion: ein Problem im Silberprozess? 223 • Neurodermitis – wenn die Haut juckt und brennt 231 • Depression – Stau im Körper und Sklerose der Seele 237 • Sodbrennen – ein Problem der Magensäure? 248	
Wege zur stabilen Gesundheit	251
»gesund & aktiv« – Das individuelle Ernährungsprogramm.....	252
Laborbeispiele aus der Praxis	259
Marianne P. 260 • Marcus A. 266 • Corinna L. 272 • Hartmuth M. 278 • Karin B. 285 • Insa N. 292	
Allgemeines	298
Danksagung 298 • Literatur- und Quellennachweis 299 • »Labor ganzheitlich« – Therapeutenverzeichnis 300 • Abbildungsverzeichnis 300 • Register 301	