

Inhaltsverzeichnis

Dr. Harald Stossier	11	Abkürzungsverzeichnis	17
Der Biogena Mikronährstoff	13	Kurzbiographien	21
Die gesundheitsökonomische	15		

Mikronährstoffe

5-HTP	29	Eisen	151
Alpha-Linolensäure	33	Enzian	164
Alpha-Liponsäure	38	EPA	166
Ananas	42	Flohsamen	170
Artischocke	46	Folsäure	173
Astragalus	48		
		GABA	180
Bambus	50	Gamma-Linolensäure	184
Berberitze	52	Ginkgo	189
Beta-Carotin	54	Ginseng	193
Beta-Glukan	62	Glukosamin	196
Biotin	66	Goldrute	202
Bitterholz	71	Granatapfel	204
Bitterklee	73	Grapefruit	206
Bittermelone	75	Grüner Tee	208
Bor	77	Guarana	211
Brennnessel	83		
		Heidelbeere	213
Calcium	85	Hericum	215
Carotinoide	98	Hyaluronsäure	219
Cat's Claw	102		
Chlorella	104	Ingwer	224
Chondroitinsulfat	108		
Chrom	112	Jod	226
Coenzym Q10	117	Johanniskraut	232
Cordyceps	126		
Coriolus	129	Kalium	235
Cranberry	132	Kamille	242
Curcuma	135	Katzenbart	244
		Kletterrebe	246
DHA	139	Knoblauch	248
Diaminoxidase	145	Kollagen	250
Eibisch	149	Kolostrum	252

Kreatin	256	Rosmarin	420
Kupfer	263	Rosskastanie	422
Kürbiskern	268	Rutin	424
L-Arginin	270	Sägepalme	426
L-Carnitin	274	SAMe	428
L-Glutamin	279	Schlüsselblume	432
L-Glutathion	284	Schwarzkümmelöl	433
L-Lysin	288	Selen	436
L-Methionin	292	Shiitake	442
L-Phenylalanin	297	Spargel	445
L-Tryptophan	301	Spirulina	446
L-Tyrosin	305	Spitzwegerich	450
Laktase	308	Süßholzwurzel	451
Lavendel	311		
Lecithin	313	Taurin	455
Löwenzahn	317	Thymian	459
		Tomaten-Spezialextrakt	461
Maca	319	Traubenkernextrakt	463
Magnesium	321	Traubensilberkerze	468
Mangan	331		
Mariendistel	335	UMP	471
Mausedorn	337		
Melatonin	339	Verdauungsenzyme	474
Molybdän	344	Verzweigtkettige Aminosäuren	478
MSM	348	Vitamin A	483
		Vitamin B ₁	491
NAC	351	Vitamin B ₁₂	496
NADH	356	Vitamin B ₂	503
Neem	358	Vitamin B ₆	507
Niacin	360	Vitamin C	515
		Vitamin D	523
Omega-3-Fettsäuren	366	Vitamin E	534
Oregano	374	Vitamin K	541
Pantothensäure	376	Weidenröschen	548
Papaya	381	Weihrauch	550
Phosphor	384	Weinlaub	553
Phytoöstrogene	389		
Probiotika	395	Xylose-Isomerase	555
Proteinogene Aminosäuren	401		
Pycnogenol®	407	Yams	557
Quercetin	413	Zink	560
		Zistrosenkraut	567
Reishi	415		
Rhodiola rosea	417		

Indikationen

FRAUENGESUNDHEIT	571	ERNÄHRUNG & STOFFWECHSEL	619
Blasen- und Harnwegsentzündungen ..	571	Adipositas	619
Kinderwunsch & Schwangerschaft & Stillzeit	573	Diabetes mellitus	620
Krebsprävention bei Frauen	574	Metabolisches Syndrom	622
Menopausale Beschwerden	575	Schilddrüsenerkrankungen	625
Menopausale Osteoporose	577	Übersäuerung (Bindegewebsazidose) ..	628
Prämenstruelles Syndrom (PMS)	578	Wachstumsphase	628
Regelschmerzen	579	ENTGIFTUNG	630
MÄNNERGESUNDHEIT	581	Schwermetallausleitung	632
Fertilitätsstörungen	581	HERZ-KREISLAUF-SYSTEM	635
Organische Erektionsprobleme	582	Entwässerung	635
Prostata (Benigne Prostatahyperplasie)	583	Hämorrhoiden & Varizen	635
Sexuelle Leistungsfähigkeit (Potenz) ...	584	Herzrhythmusstörungen	637
ANTI-AGING & GERONTOLOGIE	585	Hyperhomocysteinämie	638
Altersbedingte Kachexie	585	Hyperlipidämie	638
Altersbedingter Leistungsabfall	586	Hypertension (Bluthochdruck)	639
Altersdepression	588	Koronare Herzkrankheit & Arteriosklerose	641
Gedächtnisstörungen	589	Thromboseprävention	645
Reduzierte Immunantwort	591	HAUT, HAARE, NÄGEL	646
Vitalität und Wohlbefinden	592	Akne	646
ATEMWEGE & IMMUNSYSTEM	595	Alopezie (Haarausfall)	647
Allgemeine Immunschwäche & rezidivierende Infekte	595	Atopische Ekzeme	649
Asthma bronchiale	597	Brüchige Haare und Nägel	650
Erkältungen & grippale Infekte	598	Couperose (Besenreiser)	652
Heuschnupfen	600	Hautalterung	653
AUGEN	601	Neurodermitis, Psoriasis, Ekzeme	655
Makuladegeneration	601	Trockene Haut	656
UV-Belastung des Auges	602	UV-bedingte Hautalterung	657
BEWEGUNGSAPPARAT & SPORT	604	INFEKTIONSKRANKHEITEN	659
Arthritis & Arthrose	604	Borreliose	659
Chronische Entzündungen	606	Epstein-Barr-Virus	660
Leistungssport	608	Herpes simplex	662
Muskelaufbau	611	LEBENSMITTELUNVERTRÄGLICHKEIT	663
Muskelkrämpfe	613	Fruktosemalabsorption	663
Osteoporose	614	Histaminintoleranz	664
Rheumatischer Formenkreis	615	Laktoseintoleranz ..	666
Sportverletzungen	617		

LEBER & NIERE	668	SCHMERZEN	697
Leberschutz & Leberfunktions- störungen	668	Burning-Feet-Syndrom	697
Nierenfunktionsstörungen	670	Fibromyalgie	698
LEISTUNGSFÄHIGKEIT & PSYCHE	671	Migräne & Kopfschmerzen	699
ADHS & Hyperaktivität	671	Rückenschmerzen	700
Burn-out	673	Unspezifische Schmerzzustände	701
Chronic-Fatigue-Syndrom	674	SUCHTERKRANKUNGEN	703
Depressionen & Angstzustände	675	Alkoholabusus	703
Müdigkeit und Erschöpfung	677	Nikotinabusus	704
Schlafstörungen	679	VERDAUUNG	706
Stress	679	Diarrhoe (Durchfall)	706
NÄHRSTOFFMANGELERKRANKUNG ..	681	Dysbiose (gestörte Darmflora)	707
Eisenmangelanämie	681	Eingeschränkte Verdauungsleistung	709
Kryptopyrrolurie (HPU, KPU)	682	Entzündliche Darmerkrankungen	710
Molybdänmangelzustände (Xanthinurie)683		Gallensteine	712
Perniziöse Anämie	684	Gastritis & Magengeschwür	712
NEUROLOGISCHE ERKRANKUNGEN	685	Intestinale Candidamykosen	714
Demenzerkrankungen	685	Leaky-Gut-Syndrom	715
Nervenentzündungen & Polyneuropathie	686	Obstipation	717
Restless-Legs-Syndrom	687	Reizdarm	718
Tinnitus	688	WUNDHEILUNG	720
ONKOLOGIE	689	Dekubitus	720
Chemo- und Strahlentherapie	689	Diabetischer Fuß	722
Tumorprävention & onkologische Begleittherapie	690	Verletzungen & Verbrennungen	724
OXIDATIVER & NITROSATIVER STRESS	694	ZÄHNE	726
Nitrosativer Stress	694	Gingivitis & Parodontitis	726
Oxidativer Stress	695	Wundheilung Kiefer-, Nasen-, & Nebenhöhlenbereich	727
		Zahnhalteapparat	728

Wechselwirkungen

ANALGETIKA	731	ANTIKOAGULANZIEN	772
NSAID	731	Vitamin-K-Antagonisten und Heparine	772
Opiode-Analgetika	734		
ANTAZIDA	735	ANTIRHEUMATIKA & ANTIPHLOGISTIKA	774
Al-/Mg-hydroxidhaltige Antazida und Natriumhydrogencarbonat	735	Remissionsinduktoren	774
H ₂ -Blocker	736		
Protonenpumpenhemmer	738	ANTITUBERKULOTIKA	776
ANTIADIPOSITA	740	DIURETIKA	779
Antiadiposita	740	Kaliumsparende Diuretika	779
		Schleifendiuretika	781
		Thiazide	782
ANTIASTHMATIKA	741	GICHTMITTEL	784
Antiasthmatika (allgemein)	741	Urikostatikum & Urikosurikum	784
ANTIBIOTIKA	743	IMMUNSUPPRESSIVA	785
Antibiotika (allgemein)	743		
Chinolone (Gyrasehemmer)	744	KARDIAKA	787
Polyene	745	Herzglykoside	787
Tetracycline	746	Kardiaka und Koronartherapeutika	789
Urologisch wirksame Antiinfektiva	747		
		KONTRAZEPTIVA (ORAL)	790
ANTIDEMENTIVA	749	Estrogene bzw. estrogenhaltige orale Kontrazeptiva	790
Antidementiva (allgemein)	749		
		KORTIKOSTEROIDE	793
ANTIDEPRESSIVA	751	Glukokortikoide und Mineralkortikoide	793
Lithium	751		
Neuroleptika	752	LAXANTIEN	797
Selektive Serotoninwiederaufnahme hemmer (SSRI)	754	Antiresorptive & hydragoge Laxantien	797
Trizyklische Antidepressiva	756		
		LIPID- UND CHOLESTERINSENKER ...	799
ANTIDIABETIKA (ORAL)	758	Fibrate & Anionenaustauscher	799
		Statine (CSE-Hemmer)	801
ANTIEPILEPTIKA	761		
		OSTEOPOROSEMITTEL	803
ANTIHYPERTONIKA	765	Bisphosphonate & Strontiumranelat	803
ACE-Hemmer	765		
Antihypertonika (allgemein)	767	PARKINSONMITTEL	805
AT1-Antagonisten (Sartane)	769		
Betablocker	770	PSYCHOSTIMULANZIEN	808
		Amphetaminderivate	808
		Xanthinderivate	810

SCHILDDRÜSENTHERAPEUTIKA	811	ZYTOSTATIKA	814
Schildrüsenhormon	811	Alkylierende Substanzen	814
		Anthrazykline	815
SEXUALHORMONE	812	Antimetaboliten	817
Antiestrogene – selektive Estrogen- rezeptormodulatoren (SERM)	812	Mitosehemstoffe	819
Aromatasehemmer	813	Monoklonale Antikörper	820
		Platinverbindungen	821
		Taxane	823