

Vorwort	8	Operationen am Verdauungstrakt	88
Die wichtigsten Vitalstoffe im Überblick	10	Magenoperation	88
Teil 1: Vitalstoffbedarf in bestimmten Lebenssituationen	11	Darmoperation	90
Schwangerschaft	11	Operation der Bauchspeicheldrüse	92
Vitalstoffbedarf in der Schwangerschaft.....	14	Teil 2: Vitalstoffbedarf bei besonderen Ernährungsformen	94
Schwangerschaftsbeschwerden.....	21	Reduktionsdiät.....	94
Stillzeit	23	Vegetarismus und Veganismus	95
Vitalstoffempfehlung in der Stillzeit	25	Vegane Lebensmittel, die den Vitalstoffbedarf	
Säuglingszeit	28	bestmöglich decken:.....	96
Vitalstoffbedarf in der Säuglingszeit	29	Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien	98
Kindheit und Jugendalter	36	Teil 3: Vitalstoffbedarf bei bestimmten Erkrankungen	100
Vitalstoffbedarf in der Kindheit und im Jugendalter	37	Herz-Kreislauf-Erkrankungen (kardiovaskuläre Erkrankungen)	100
Alter	44	Vitalstoffe bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen.....	101
Vitalstoffempfehlung für ältere Menschen.....	48	Koronare Herzkrankheit mit Gefäßverkalkung	105
Immunmangel	53	Herzschwäche.....	113
Gewichtsreduktion	59	Bluthochdruck.....	114
Chronische Krankheiten	61	Herzrhythmusstörungen	115
Einfluss von chronischen Krankheiten auf bestimmte Vitalstoffe	62	Lunge und Atemwege.....	115
Dauermedikation.....	71	Vitalstoffe bei Lungen- und Atemwegserkrankungen	116
Wechselwirkungen zwischen Medikamenten und Vitalstoffen	72	Bronchitis	118
Chemo- und Strahlentherapie	85	Lungenentzündung.....	119
Chemotherapie.....	86	Asthma bronchiale	119
Strahlentherapie	87	Chronisch-obstruktive Lungenerkrankung (COPD).....	120
Radiochemotherapie	88	Lungenemphysem	121
		Lungenfibrose.....	122

Hals-, Nasen- und Ohrenerkrankungen	123	Vitalstoffe bei Leber-, Gallen- blasen- und Bauchspeichel- drüsenenerkrankungen	145
Vitalstoffe bei Erkrankungen im Hals-, Nasen- und Ohrenbereich...	123	Fettleber (Steatosis hepatis)	147
Schnupfen (Rhinitis).....	124	Alkoholbedingte Leberschäden.....	148
Nebenhöhlenentzündung (Sinusitis).....	125	Leberzirrhose	150
Entzündungen des Rachens (Pharyngitis), der Mandeln (Tonsillitis), des Halses (Laryngitis), des Kehlkopfes (Epiglottitis)	126	Entzündungen der Leber (Hepatitis).....	151
Ohrenentzündungen	126	Gallenblasenerkrankungen	152
Tinnitus	127	Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse.....	152
Hörsturz	128	Hormonsystem und Stoffwechsel....	153
Mund und Zähne.....	129	Vitalstoffe für Hormon- und Stoffwechselstörungen	154
Vitalstoffe in der Zahnheilkunde....	129	Schilddrüsenenerkrankungen	157
Karies	132	Entzündungen der Schilddrüse (Thyreoiditis).....	158
Pulpitis	132	Übergewicht und Fettleibigkeit (Adipositas)	159
Entzündung der Mund- und Zahnfleischhaut (Gingivitis, Stomatitis)	133	Diabetes mellitus/Alterszucker....	161
Parodontose.....	134	Harn- und Geschlechtsorgane	162
Quecksilberausleitung	135	Vitalstoffe bei Erkrankungen der Harn- und Geschlechtsorgane	163
Magen-Darm-Trakt	136	Blasenentzündung	164
Vitalstoffe bei Magen-Darm- Erkrankungen	136	Prostatavergrößerung (Prostatahyperplasie).....	165
Entzündungen der Speiseröhre (Refluxösophagitis)	138	Entzündungen der Prostata	166
Entzündungen des Magens (Gastritis).....	139	Nieren-, Blasen- und Harnleitersteine	167
Magen- und Darmgeschwüre (Ulkuskrankheit)	140	Nierenerkrankungen.....	168
Entzündungen des Darms (Colitis ulcerosa, Morbus Crohn)	141	Erektionsstörungen (Erektile Dysfunktion)	169
Divertikulose, Divertikulitis	142	Stütz- und Bewegungsapparat.....	170
Durchfallerkrankungen	143	Vitalstoffe bei Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparats	170
Reizdarmsyndrom (Colon irritabile)	144	Osteoporose (Knochenschwund) ...	172
Leber, Gallenblase und Bauchspeicheldrüse.....	144	Gelenkentzündungen (Arthritiden) und Rheuma	174
		Arthrose	175

Fibromyalgie (chronischer Binde-	Erkrankungen des Auges	205
gewebs- und Muskelschmerz).....	Vitalstoffe für das Auge	205
Rückenschmerzen oder Schmer-	Grauer Star (Katarakt)	207
zen nach Knochenbrüchen	Makuladegeneration	208
Borreliose	Frauenerkrankungen	208
Nervensystem	Vitalstoffe bei	
Vitalstoffe bei Erkrankungen	Frauenerkrankungen	209
des Nervensystems	Prämenstruelles Syndrom (PMS) ...	209
Hyperaktivität	Kinderwunsch	210
Restless-Legs-Syndrom	Klimakterium (Wechseljahre).....	212
(Ruhelose Beine)	Bösartige Erkrankungen	213
Morbus Parkinson	Vitalstoffe zur Vorbeugung von	
Epilepsie	Krebserkrankungen	215
Morbus Alzheimer	Vitalstoffe bei einer bestehenden	
Migräne	Krebserkrankung	217
Chronisches Müdigkeitssyndrom	Nachwort	219
(Chronic-fatigue-Syndrom, CFS)...	Tabellen	220
Schlaganfall (Apoplex)	Vitalstoffe zur Krankheitsvorbeugung	
Multiple Sklerose, MS (Encephalo-	und Gesunderhaltung	220
myelitis disseminata, ED)	Entsäuerungstherapie	221
Psychische Störungen	Entgiftungstherapie	221
Vitalstoffe bei psychischen	Literatur	224
Störungen	Über die Autoren	230
Burn-out	Bildnachweis	230
Depression		
Psychosen		
Zerebrale Allergie		
Demenz		
Hyperaktivitätssyndrome		
Haut- und Hautanhangsorgane		
Vitalstoffe für die Haut, Haare		
und Nägel		
Akne		
Schuppenflechte (Psoriasis)		
Neurodermitis (atopische		
Dermatitis, endogenes Ekzem)		
Nesselsucht (Urtikaria)		
Wundheilungsstörungen und		
chronische Wunden		
Haar- und Nagelwuchsstörungen ...		