

Inhalt

Einleitung.....	1
-----------------	---

Der Verdauungstrakt

Der Aufbau des Verdauungstraktes	7
Die Schichten des Verdauungstraktes.....	11

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

Definitionen.....	15
Symptome	16
Diagnose	17
Ursachen	19
Colitis ulcerosa und Morbus Crohn.....	21

Die konventionelle Therapie

Die medikamentöse Therapie	27
Operation	30

Komplementärmedizin und Integrative Medizin bei CED

Schulmedizin und Komplementärmedizin	33
Verfahren der Komplementärmedizin	35

Studienlage zur Komplementärmedizin bei CED	37
Hintergrund	37
Zur Situation in Deutschland	38
Befragung zur Anwendung von Komplementärmedizin bei CED.....	39
Studie zur naturheilkundlichen Ordnungstherapie bei Patienten mit Colitis ulcerosa.....	42

Naturheilkundliche Ordnungstherapie bei CED

Das Essener Modell.....	45
Zum Einstieg: Ein Erfahrungsbericht	47
Verfahren zur Stressreduzierung	51
Alltagsstress und vegetatives Nervensystem.....	51
Ausgewählte Therapieformen	53
Ernährung.....	58
Ernährung zur Erhaltung der Remission	59
Spezielle Empfehlungen	61
Ernährung bei Stenosen	63
Ernährung bei Laktoseintoleranz.....	63
Bewegung.....	65

Physikalische Therapie	69
Reiz und Reaktion (Regulation)	69
Wärme und Kälte.....	70
Wickel und Auflagen	72
Vorbereitung	72
Materialien	72
Feucht-warmer Leberauflage	75
Feucht-warmer Bauchauflage.....	77
Feucht-warmer Bauchauflage mit Kümmelöl.....	78
Kühler Leibwickel.....	79
Kühle Leibwaschungen	80
Heilerde	81
Mikrobiologische Therapie.....	82
Pflanzenheilkunde.....	84
Die wichtigsten Wirkstoffgruppen	86
Die wichtigsten Heilpflanzen	91

Selbsthilfe bei ausgewählten Beschwerden

Anregung der Leber.....	105
Analfissuren.....	106
Aphthen und Mundschleimhaut- entzündung	107
Appetitlosigkeit	109

Blähungen und Flatulenz.....	110
Durchfall	112
Übelkeit und Erbrechen	116
Verdauungsstörungen allgemein	118
Nachwort.....	119
Wissenschaftliche Literatur.....	121
Der Autor.....	125
Die Autorin	126