

Inhalt

Vorwort zur 1. Auflage	7
Vorwort zur 4. Auflage	11
1 Einführung	13
1.1 Geschichtliches und Sagenhaftes zu einem alten Heilmittel	16
2 Die Substanz	23
2.1 Eigenschaften	23
2.2 Entstehung und Vorkommen	25
2.2.1 <i>Folgende Mumijoarten werden derzeit unterschieden</i>	36
2.3 Gewinnung	37
2.4 Reinigung	38
3 Inhaltsstoffe	41
3.1 Mineralische Verbindungen	41
3.2 Aminosäuren	43
3.3 Organische Inhaltsstoffe	44
3.3.1 <i>Humine, Huminsäuren und Fulvinsäuren</i>	48
3.3.1.1 Herkunft und Entstehung der Humin- und Fulvinsäuren	48
3.3.1.2 Bedeutung für die Mumijo-Entstehung	50

4 Die Wirkungen von Mumijo	53
4.1 Innerliche Anwendung	57
4.1.1 Immunstimulation	58
4.1.2 Frakturen	65
4.1.3 Osteoporose	68
Was leistet Mumijo zur Osteoporose-Vorbeugung?	71
4.1.4 Magen- und Darmerkrankungen	72
4.1.5 Hämorrhoidalleiden	78
4.1.6 Mangelerscheinungen im Mineralstoffhaushalt	87
4.1.7 Bronchialerkrankungen	104
4.1.8 Potenzschwäche	105
4.1.9 Antiallergische Wirkung	111
4.1.10 Antioxidative Wirkungen	112
4.1.11 Anabole, leistungssteigernde, roborierende Wirkung	112
4.1.12 Alzheimer und Demenz	113
4.1.13 In der Literatur beschriebene ayurvedische Anwendungen	115
4.1.14 Weitere in der Literatur beschriebene, nicht wissenschaftlich gesicherte Anwendungen	117
4.2 Äußerliche Anwendung	125
4.3 Therapeutische Dosierung, Toxizitätsdaten	128
5 Zubereitungsformen	131
5.1 Ein kurzer Exkurs in rechtliche Fragen	132
5.2 Feste Darreichungsformen mit Hauptwirkstoff Mumijo	136
5.2.1 Ein Wort zur Kapsel	137
5.2.2 Kapsel- und Tablettierhilfsstoffe	137

5.3 Mumijo-Zäpfchen, Mumijo-Vaginalzäpfchen	140
5.4 Halbfeste Zubereitungen	140
5.5 Flüssige Zubereitungen	141
5.6 Neuere Kombinationen von Mumijo mit anderen Stoffen	141
5.6.1 <i>Mumijo-Kapseln mit Vitamin D und K2, Curcuma, Omega-3-Fettsäuren und Magnesium</i>	141
5.6.1.1 Vitamin D	142
5.6.1.2 Vitamin K	145
5.6.1.3 Curcuma	148
5.6.1.4 Magnesium	150
5.6.1.5 Omega-Fettsäuren	152
5.6.2 <i>Mumijo mit Zink und Gletschermilch</i>	155
5.6.3 <i>Mumijo-Sirup auf Xylit-Basis</i>	156
5.7 Mumijo-Manukahonig-Kombination	157
5.7.1 <i>Manukahonig</i>	157
6 Nachwort	161
Literaturverzeichnis	163
QR-Codes zum schnellen Auffinden von Youtube-Videos	183
Danksagung	186
Über den Autor	187