

- 6 Liebe Leserin, lieber Leser
- 9 Wunderwerk Niere
- 10 Multitalent: Knochen, Hormone, Salze ...
- 23 Die Diagnose finden
- 24 Was ist denn bloß los?
- 34 Die Niere sichtbar machen mit Geräten
- 41 Erkrankungen der Nieren
- 42 Was den Nieren zu schaffen macht
- 60 Warum der Blutdruck so wichtig ist
- 71 Die Nierenfunktion erhalten
- 72 Werden Sie aktiv!
- 83 Wie Sie Ihre Vitalität erhalten
- 92 Heilen und bremsen
- 107 Blut reinigen – Dialyse

- | | | | |
|-----|------------------------------------|-----|---|
| 115 | Gut und richtig ernähren | 147 | Service |
| 116 | Die Nieren entlasten, lecker essen | 147 | Buchempfehlungen |
| 134 | Grundlagen für eine gute Ernährung | 147 | Glossar – die wichtigsten Fremdwörter erklärt |
| 141 | Weiterhin gut leben | 150 | Stichwortverzeichnis |
| 142 | Beruf, Familie und Freizeit | 154 | Weiterführende Informationen des Autors |