

Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur Version 1.1	9
Teil 1 Einiges vorab	11
1 Höchstleistungen der Zellen	11
• Audio-Beitrag vorab	14
2 Relationome? Definitionen vorab	15
3 Viele Fragen	21
Teil 2 Wie Überleben?	33
4 Blick auf die zentrale Einheit	33
5 Wie überleben im Mikrokosmos?	39
6 Räume durch Zellteilung!	47
7 Räume in der Zelle!	50
8 Wer ist der «Chef»?	51
9 Der Angriff ist nur gemeinsam zu meistern!	63
10 Kanäle und Zellkontakte – Gap Junctions	66
Teil 3 Überleben mit Relationen	71
11 Energieverlust der Zelle - Entzündung!	71
12 Ein Inflammasom	75
13 Modulation des Relationoms	83
14 ATP ist Energie und Signal!	85
15 Mitochondrien - Aktivatoren! Kraftwerke!	94
16 Zellen sind auch Wasserspeicher!	101
17 Fett und andere Energiespeicher	112
Teil 4 Relationen verändern	118
18 Verbunden	118
19 Braunes Fett - Wärme statt ATP!	119
20 Entzündung, Fieber, ATP-Reduktion?	126
21 Pflanzenfarbstoffe, Flavonoide, ...	132
22 Abbau des eATP zu Adenosin? Cofaktoren?	136
23 Zink. Noch eine Bremse?	141
24 Oder Kanäle «zustopfen»?	145

25 Vitamin E?	148
26 Lokal unangemessene Vitamin-E-Menge?	154
27 Vitamin E ist nicht gleich Vitamin E!	163
28 Vitamin E und die Aktivität der LPL	168
Teil 5 Kooperation im Angriff	178
29 «Unorganisiert» nach erlittenem Angriff?	178
30 Immunsystem und Nahrung	179
31 Kooperation überwindet Extreme	189
32 Kooperationssignale	197
33 Regelt das Immunsystem die Versorgung?	201
34 Viruslast - Entzündung	209
35 NETose	215
36 Rauchen, Feinstaub und NETose?	220
37 «0 oder 1» und «Die Kunst des Vermutens»	229
38 Kommunikation kann tödlich sein!	234
39 Mikrobiom	241
Teil 6 Relationen verändern alles	254
40 Manipulation der Informationsspeicher	254
41 Gewebe versus Gefäße	260
42 Tausende Quadratmeter!	262
43 Gap Junctions und Herz	271
44 Hauchdünne Trennschicht der Lunge	281
45 Geschlecht, Alter, Übergewicht, ...?	292
46 Licht! Melatonin, Vitamin D, ...	297
47 Wie spät ist es?	306
48 Außerdem?	319
49 «Everything is linked»	322
Teil 7 Relationome und Evolution	324
50 Was ist Leben ...?	324
51 Relationome und Evolution	331
Teil 8 «Relationomische» Medizin	336
52 Eine «neue» Medizin?	336
53 Einige Worte zum Schluss	344

Teil 9 Anhang	355
Zusammenfassung	355
Summary	355
Methode, Ergebnisse, Interpretation	356
Schwächen	356
Mittel	356
Bildnachweise	356
Literatur	357
Danksagung	357
Glossar	358
Index	361