

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	7
1. Komplementäre und alternative Medizin.....	9
1.1 Verbreitung und Nutzen von CAM-Methoden.....	19
1.2 Bewährung von CAM-Methoden.....	27
1.3 Psychologische Aspekte.....	36
2. Traditionelle Europäische Medizin.....	47
2.1 Klassische Naturheilkunde.....	50
2.2 Aromatherapie.....	64
3. Traditionelle Chinesische Medizin.....	71
3.1 Akupunktur und Moxibustion.....	87
3.2 Akupressur und Shiatsu.....	100
3.3 Qi Gong.....	106
3.4 Tai Chi.....	111
3.5 Tui Na.....	116
3.6 Chinesische Diätetik.....	120
3.7 Chinesische Phytotherapie.....	126
4. Traditionelle Indische Medizin.....	135
4.1 Ayurveda.....	139
4.2 Unani-Medizin.....	156
4.3 Yoga.....	
5. Homöopathie und verwandte Verfahren.....	169
5.1 Klassische und moderne Homöopathie.....	170
5.2 Anthroposophische Medizin.....	184
5.3 Schüßler-Salze.....	187
5.4 Bach-Blütentherapie.....	190
6. Suggestive und autosuggestive Verfahren.....	193
6.1 Autogenes Training.....	194
6.2 Progressive Muskelentspannung.....	201
6.3 Biofeedback.....	208
6.4 Meditation.....	215
6.5 Gesundheitsgebet.....	227
6.6 Imaginative Verfahren.....	234
6.7 Hypnose.....	240
7. Körperorientierte Verfahren.....	248
7.1 Chiropraktik.....	250
7.2 Osteopathie.....	256
7.3 Massage-Therapien.....	261
7.4 Craniosacrale Therapie.....	272
7.5 Therapeutic Touch und Reiki.....	275

7.6 Haltungs- und bewegungsorientierte Therapien.....	283
7.7 Atemtherapie.....	289
7.8 „Energetische“ Verfahren.....	295
7.9 Neuraltherapie.....	305
Sachwortverzeichnis	308