

Inhalt

Einleitung:

Kein Stress mit dem Salzstreuer!	9
--	---

Kapitel 1:

Aber Salz verursacht doch Bluthochdruck?	15
--	----

Kapitel 2:

Wir sind Salzmenschen	25
-----------------------------	----

Kapitel 3:

Der Krieg gegen Salz – warum wir uns den falschen Feind ausgesucht haben	43
---	----

Kapitel 4:

Was ist die <i>wahre</i> Ursache von Herzerkrankungen?	83
--	----

Kapitel 5:

Wir verhungern innerlich	111
--------------------------------	-----

Kapitel 6:

Die Rehabilitation eines Kristalls: Zuckersucht überwinden durch Salzverzehr	123
---	-----

Kapitel 7:

Wie viel Salz braucht der Mensch?	143
---	-----

Kapitel 8:

Das Ende des Salz-Irrtums: Geben Sie Ihrem Körper, was er wirklich braucht	189
---	-----

Ein Wort zum Schluss:

Greifen Sie zum richtigen weißen Kristall	217
Anhang	223
Quellenverzeichnis	235
Danksagungen	280
Stichwortverzeichnis	282
Über den Autor	286