

Vorwort	8
Das Wichtigste auf den Punkt gebracht	16
Einführung	36
Altes Wissen neu entdeckt	36
Die schulmedizinische Behandlung hormoneller Störungen vor 100 Jahren.....	36
Hormonelle Störungen – eine moderne Plage.....	38
Hormonstörungen – schafft der Mensch sich selbst ab?.....	42
Hormonelle Störungen fallen meist aus dem geltenden Gesundheitsbegriff	43
Trennung von körperlicher und geistiger Gesundheit	47
Wann liegt aus medizinischer Sicht eine hormonelle Störung vor?	47
Eine neue Definition von Gesundheit.....	50
Das Ideal der menschlichen Blaupause	53
Die Hormonblaupause	57
Wie passen Naturheilkunde und die Therapie des Hormonsystems zusammen?	61
Hauptteil.....	66
Was sind Hormone?.....	66
Hormonstruktur.....	67
Hormonabbau.....	68
Hormonelle Ebenen	69
Synthesewege der Steroidhormone	71
Feedback Mechanismen	73
Die physiologischen Aufgaben der einzelnen	
Hormone	75
Schilddrüsenhormone: Thyroxin (T4) und Triiodthyronin (T3).....	75

Nebennierenhormone	77
Geschlechtshormone	79
Hormone des Gehirns	87
Psyche und Hormone.....	90
Zusammenhänge im Hormonsystem	94
Stress ist Auslöser hormoneller Dysbalancen.....	94
Leben und Überleben.....	96
Stress und seine Konsequenzen für das Hormonsystem	100
Typische Zeichen und Symptome einer GESTÖRTEN hormonellen Balance.....	118
Auswirkungen von Stress auf den gesamten Körper.....	122
Stoffwechsel.....	122
Energieproduktion: schneller oder langsamer Stoffwechsel?	124
Mitochondriopathien.....	129
Zellresistenzen	132
Blutzucker und Unterzuckerung.....	136
Verkalkung/Entkalkung.....	141
Schwellungen	144
Immunsystem.....	146
Entzündungen.....	148
Krebs.....	150
Das Nervensystem.....	151
Psychologie und Neurologie.....	153
Hormonelle Störungen	157
Von der Über- zur Unterreaktion.....	157
Kompenstierung und Dekompenstierung.....	161
Über- und Unterfunktion der einzelnen Drüsensysteme.....	167
Der Einsatz von Hormonen in der Schulmedizin	192
Symptome hormoneller Störungen und sinnvolle Behandlungsansätze	195
Faktoren für die Entstehung einer hormonellen Dysbalance.....	221
Die Behandlung von Stoffwechsel und Hormonen: Ausgangssituation	221
Typischer Verlauf hormoneller Störungen	224
Angeborene Faktoren: die ursprüngliche Konstitution.....	228
Erworben Faktoren.....	231
Umweltbelastungen	257
Zurück zur hormonellen Balance: Therapiegrundsätze.....	258
Regulation statt Substitution.....	259
Entlastungsmaßnahmen.....	263
Wiederherstellung der Energie auf der Zellebene.....	265

Mobilisierung von Energieblockaden.....	268
Wichtige Aspekte der Regulativen Therapie	270
Testung	300
Die einzelnen Behandlungskomponenten und Tipps, mit denen Sie selbst allmählich in die hormonelle Balance kommen	335
Körperliche Ebene.....	335
Geistig-emotionale Ebene	444
Worauf Sie sich einstellen sollten	467
Die Rolle des Therapeuten im Genesungsprozess des Patienten	467
Hilfe bei der Therapeutenwahl	473
Gründe für das Scheitern der Therapien.....	474
Tipps für die Therapie.....	475
Sind Sie bereit für die hormonelle Balance?	476
Nachwort	478
Danksagung	480
Anhang	482
Meine Praxis für hormonelle Balance	482
Zusammenarbeit mit Verisana/Interessenkonflikte	483
Empfohlene Literatur	483
Literaturverzeichnis.....	485
Anmerkungen.....	499