

INHALTSVERZEICHNIS

Zur Schriftenreihe allgemein	3
Vorwort zu diesem Band	8
1. Atem – Bewegung	12
1.1 Sonnenatem – Mondatem	13
1.2 Lunarer Körperbau und Bewegungsrhythmus	18
1.3 Solarer Körperbau und Bewegungsrhythmus	21
2. Das Gliedmaßen-Stoffwechselsystem	26
3. Die Strukturelemente des Gliedmaßensystems	30
4. Störungen der Beweglichkeit in Muskel und Gelenk	40
4.1 Die Verbindung Muskel – Sehne – Gelenk	44
5. Die naturheilkundliche Behandlung	46
5.1 Enzyme	47
5.2 Heilnahrung und Aminosäuren für Muskeln und Knochen	49
5.3 Kräuterkuren	56
6. Konflikte des Gliedmaßensystems	
und die homöopathische Behandlung	60
6.1 Die Hauptkonflikte und Arzneien von Knochen und Gelenken	62
6.1.1 Das Knochenmark	64
6.1.2 Das Knochengewebe	67
6.1.3 Die Knochenhaut	71
6.1.4 Gelenk und Knorpel	72
6.1.5 Gicht	78
6.1.6 Rheuma	81
6.1.7 Bänder, Sehnen und Gelenkkapsel	84
6.1.8 Muskeln	86
6.2 Spezielle Organkonflikte und ihre Arzneien	92
6.2.1 Die Knie	93
6.2.2 Gonarthrose	95
6.2.3 Die Ober- und Unterschenkel	99
6.2.4 Die Hüften	104

INHALTSVERZEICHNIS

6.2.5 Die Füße	107
6.2.6 Die Wirbelsäule	112
6.2.7 Schultern, Nacken und Arme	128
6.2.8 Handgelenke und Hände	136
Schlussbetrachtung	140
Anhang	142
Literaturverzeichnis	143
Abbildungsverzeichnis	146
Vita von HP Dr. phil. Rosina Sonnenschmidt	147