

© Vink Fan/Adobe Stock

Inhalt

STOFFWECHSEL VERSTEHEN

Der Stoffwechsel 6

Ausgangspunkt für Gesundheit und Wohlbefinden

Von Lothar Ursinus (Hp.)

Leber und Galle 10

Unsere Nachtarbeiter

Von Lothar Ursinus (Hp.)

Anthroposophische Medizin 14

Leib, Seele und Geist stärken

Von Prof. Dr. med. Volker Fintelmann

Psychoneuroimmunologie 20

„Psychosoziale Umweltfaktoren

haben den größten Einfluss

auf den Stoffwechsel“

raum&zeit-Interview mit Univ.-Prof. Dr. Dr.

Christian Schubert, von Angelika Fischer

HÄUFIGE KRANKHEITSBILDER

Adipositas ganzheitlich betrachtet 26

Versteckte Ursachen angehen

Von Kerstin Hamo (Hp.)

Diabetes mellitus 30

Zuviel der Süße

Von Lothar Ursinus (Hp.)

Geschwächter Knochenstoffwechsel

Osteoporose ist kein Schicksal, sondern heilbar 34

Von René Gräber (Hp.)

Migräne 40

Eine Energiekrise im Gehirn

Von Lothar Ursinus (Hp.)

Schilddrüse 46

Das Organ der inneren und

äußeren Kommunikation

Von Lothar Ursinus (Hp.)

Gicht 51

Alles Wichtige zur Therapie,

Selbsthilfe und Vorbeugung

Von Dr. med. Heike Bueß-Kovács

Hämopyrrolaktamurie (HPU) 56

Eine Stoffwechselstörung,

die große Folgen haben kann

Von Theda Sebald (Hp.)

Stoffwechsel verstehen

Der Stoffwechsel ist ein Verwandlungskünstler. Aus Fremdem macht er Eigenes, um den Körper aufzubauen und zu erhalten. Lothar Ursinus erklärt, wie aus Nahrung eigene Stoffe werden und welche wichtige Rollen Leber und Galle dabei spielen (S. 6 und S. 10).

Damit diese lebenswichtigen Prozesse auf der stofflichen Ebene harmonisch ablaufen können, sind auch Seele und Geist von großer Bedeutung. Der anthroposophische Arzt Prof. Volker Fintelmann zeigt dies am Beispiel von Osteoporose und Diabetes (S. 14). Auch aus Sicht der Psychoneuroimmunologie haben geistige und seelische Einflüsse immensen Einfluss auf die körperlichen Prozesse von Auf- und Abbau. Der Universitätsprofessor und Psychologe Dr. Christian Schubert erläutert, wie frühe psychische Belastungen und aktueller Stress den Stoffwechsel belasten können (S. 20).



© fotoliaxrender/Adobe Stock

Häufige Krankheitsbilder

Für einige Krankheiten wird im besonderen Maß der Stoffwechsel verantwortlich gemacht, darunter Adipositas, Diabetes, Osteoporose, Schilddrüsenerkrankungen, Gicht oder Hämopyrrolaktamurie. Wenn wir diese ganzheitlich betrachten und ihre Ursachen verstehen, verlieren sie ihren Schrecken. Wir sehen dann, was wir selbst tun können um Heilungsprozesse in Gang zu bringen. →

GANZHEITLICHE THERAPIE

Die Spagyrik nach PHYLAK 62

Ein alchemistisches Naturheilverfahren bei Stoffwechselerkrankungen

Von Svenja Frenzel

Die spagyrischen Solunate 66

Alexander von Bernus' Heilmittel in Anwendung bei Gicht

Von Eleni Ehlers

Stoffwechsel aus Sicht der Alchemie 70

Von Michael Ullrich

Homöopathie 76

Die Lebenskraft stärken am Beispiel von Migräne und Gicht

Von Johannes Vielberth (Hp.)

Clustertherapie 82

An den Ursachen ansetzen bei Fettleber, Adipositas und HPU

Von Kerstin Hamo (Hp.)

Traditionelle Chinesische Medizin 87

Organe harmonisieren bei Diabetes mellitus

Von Dr. phil. Dr. rer. medic. Andrea Mercedes Riegel

Traditionelle Tibetische Medizin 92

Die Verdauungshitze regulieren am Beispiel von Diabetes

Von Thomas Dunkenberg (Hp.)

Schüßler-Salze für gesunde Zellen 98

Funktionale Unterstützung bei Rheuma, Gicht und Hashimoto

Von Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg (Hp.)

Mit Ernährung und Entspannung 104

Diabetes ganzheitlich behandeln

Von Lothar Ursinus (Hp.)

Schadstoffe natürlich ausleiten 108

Wieder freie Bahn für den Stoffwechsel

Von Martina Schneider (Hp.)

FIXPUNKTE

Editorial 3

Impressum 115

Hinter Adipositas verbirgt sich beispielsweise nicht immer nur eine übermäßige Kalorienzufuhr. Die Heilpraktikerin Kerstin Hamo berichtet, wie eine Behandlung von psychischen Problemen und Nahrungsmittelnunverträglichkeiten die erwünschte Erleichterung bringen kann (S. 26). Lothar Ursinus widmet sich den Zivilisationskrankheiten Diabetes, Migräne und Problemen mit der Schilddrüse. Er zeigt wie wir diesen vorbeugen und entgegensteuern können durch gesunde Ernährung, Entspannung und pflanzliche Heilmittel (S. 30, 40, 46). Auch bei Gicht spielt die Ernährung eine wichtige Rolle. Heike Bueß-Kovács erläutert, worauf hier zu achten ist (S. 51). Theda Sebald beleuchtet die Stoffwechselstörung Hämopyrrolaktamurie, die häufig als Ursache vieler Symptome übersehen wird (S. 56).

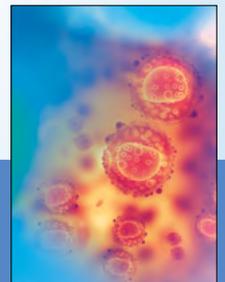


Ganzheitliche Therapie

Die alternative Medizin bietet eine Vielzahl effizienter Heilmethoden, die natürlich auch bei Stoffwechselerkrankungen sehr wirksam sein können. Unsere Experten erläutern jeweils aus ihrer Sicht und anhand von Fallbeispielen, wie es zur Entgleisung des Stoffwechsels kommt und welche therapeutischen Maßnahmen Hilfe bringen. Freuen Sie sich auf Einblicke in spannende Heilkünste wie Spagyrik, Alchemie, Homöopathie, Clustermedizin, Traditionelle Chinesische Medizin, Traditionelle Tibetische Medizin sowie Ausleiten nach Klinghardt.

Das Titelbild

symbolisiert die Mikrowelt des Stoffwechsels.



© Crystal Light / Adobe Stock