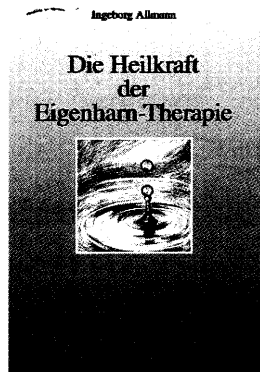


Literatur- Empfehlungen zum Thema Eigenharn



Ingeborg Allmann

Die Heilkraft der Eigenharntherapie

Die Aktivierung unserer Selbstheilungskräfte ist heute – in einer Zeit, in der unsere Gesundheit mehr und mehr durch Umwelteinflüsse, Apparate-Medizin und chemische Medikamente beeinflusst wird – wichtiger denn je. Die Eigenharn-Therapie, eine schon seit Jahrtausenden von vielen Völkern erprobte Heilweise, hat inzwischen auch in Europa Millionen Anhänger gefunden. Daß diese Therapie sich erfolgreich bewährt, beweist Ingeborg Allmann in diesem Buch.

7. Auflage, 160 S.

DM 24,80



Johann Abele

Die Eigenharnbehandlung

Die Behandlung mit eigenem Harn wird in diesem Buch für Ärzte und Laien verständlich dargestellt. In einem speziell immunologisch ausgerichteten Teil, geht der Autor auf die wahrscheinlichen Wirkmechanismen dieser Therapie ein. Viele anschauliche Beispiele aus dem großen Anwendungsbereich in der ärztlichen Praxis vermitteln dem Leser diese Heilmethode. Im westlichen wie auch im östlichen medizinischen Kulturkreis existiert nach Kenntnis des Autors bisher keine so umfassende Darstellung zum Thema.

10. – nochmals umfangreich überarbeitete und erweiterte – Auflage, 240 S.

DM 39,80

Bücher-Service Feldbergstraße 2
Der Naturarzt 61462 Königstein/Ts.
Fax (0 61 74) 92 63-29

Inhalt

BEWUSST ERNÄHREN

Ernährungsberatung

Häppchenweise zu neuen Eßgewohnheiten 8

Dr. oec. troph. Claudia Laupert-Deick und Dr. oec. troph. Maike Groeneveld

Schokolade statt Sex

Ein Plädoyer fürs Schlemmen 11

Dr. med. Rainer Holzhüter

Pro und Contra Haysche Trennkost

Mittags Steak – abends Nudeln? 14

Dr. med. Thomas Heintze und Prof. Dr. med. Heinrich Kasper

Weihnachtsmenü

Köstlicher Schmaus für die Festtage 40

Josef Fehrenbach, Küchenmeister

DIAGNOSE

Reizmagen

Barometer für die Lebensfreude 18

Dr. med. habil. Klaus Koch

GESUND LEBEN

Heilkräuter und Gewürze

Ingwer für den Darm, Dill gegen Schweiß 16

Dr. phil. Monika Bodenseh

Tinnitus

Ohrrensausen – Notbremse der Seele 33

Dr. med. Jürgen Maurer

Bettnässen

Mythos Sauberkeit – Kinder nicht überfordern 35

Dr. med. Thomas Becker

Bewusstsein

Warten will gelernt sein 37

Astrid Meyer

Fotos: Matejka (S. 3), Laupert-Deick (S. 10), Groeneveld (S. 10), StockFood (S. 11, 12), Heintze (S. 14), Kasper (S. 15), WKF (S. 16), Koch (S. 20), Mauritius-Phototake (S. 21), Mauritius-C. Bayer (S. 22), Jansen (S. 23), zefa (S. 18, 25, 33), Flaskamp (S. 26), Löhnitz (S. 26), Maurer (S. 34), Heidi Velten (S. 36), Becker (S. 36), Roland Krieg (S. 40, 41)
Grafiken: Ravens (S. 8, 9, 14, 15)