

Inhalt

Serie

ERNÄHRUNGSTHERAPIE

Eierverzicht bei zu hohem Cholesterinspiegel? **182**

Kongressberichte

Rheumapatienten profitieren von komplementärer Ernährungstherapie mit Eicosapentaensäure **184**

Prophylaxe und Therapie mit Mineralien und Spurenelementen –

Luxus oder Notwendigkeit? **185**

Varia

Naturheilverfahren – gefragter denn je **192**

KLEINANZEIGEN 187

BUCHBESPRECHUNGEN 191

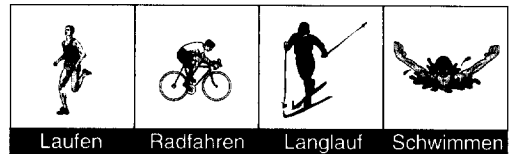
IMPRESSUM 193

Der ZÄN vertritt die Methoden der Naturheilverfahren und die Verfahren seiner angeschlossenen Gesellschaften. In der Ärztezeitschrift für Naturheilverfahren stellt er darüber hinaus neue Verfahren vor bzw. Anschauungen und Meinungen zur Diskussion.

160

Kampf dem Speck

Seit Jahren nimmt die Prävalenz der Adipositas bei den Menschen in den westlichen Industrienationen zu. Jeder bzw. jede Dritte ist mittlerweile zu dick. Der (scheinbar) geringe Energieumsatz bei körperlicher Ertüchtigung – viele glauben, lediglich gewaltige Ausdauerleistungen könnten die Wirkung einer kleinen Mahlzeit aufheben – ist ein Grund dafür, dass die Betroffenen einer diätetischen Kalorienbegrenzung meist den Vorzug geben. Richtig ist allerdings, dass die Kombination der beiden Maßnahmen, Sport und kalorienbewusste Ernährung, zu einem gestärkten und (oft) länger anhaltenden Effekt führt. Mehr zu diesem Thema finden Sie in der Arbeit von Prof. Jung auf Seite 160.



Körpergewicht
60 kg
80 kg
110 kg

167

Psyche und Immunsystem – die zwei Seiten einer Medaille

Ein besseres Verständnis für die Interaktionen zwischen Psyche, ZNS, endokrinem und Immunsystem ermöglicht eine wirksame Einflussnahme auf den Krankheitsverlauf, z.B. bei Krebspatienten. In der Arbeit von Frau Dr. E. Karl werden Effekte psychotherapeutischer Interventionen auf endokrine und immunologische Veränderungen, sowie auf Lebensqualität und Überlebenszeit bei onkologischen Patienten, insbesondere bei Mamma-Karzinom-Patienten, übersichtlich dargestellt.

