

# Literatur-Empfehlungen zum Thema Eigenharn

Ingeborg Allmann

Die Heilkraft der Eigenharn-Therapie



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.

€ 12,70



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.

€ 20,50

Bücher-Service  
Der Naturarzt

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

# Inhalt

## NATURHEILWISSEN

Schaufensterkrankheit

**Laufen Sie dem Gefäßleiden davon** ..... 8  
Dr. med. Rainer Matejka

Fußreflexzonenarbeit bei Herz-Kreislauf-Problemen

**Gesundes Zwerchfell stärkt das Herz** ..... 14  
Hanne Marquardt

Sauerstofftherapien

**Heilmittel Sauerstoff – inhalieren oder spritzen** ..... 16  
Dr. med. Gerhard Reiß

Pro und Contra Chelat-Therapie

**Jungbrunnen oder gefährliche Beutelschneiderei?** ..... 24  
Dr. med. Jens-R. Collatz, Dr. med. habil. Richard Klatt

## DIAGNOSE

Hypertonie

**Bluthochdruck – die heimliche Gefahr** ..... 11  
Dr. med. Volker Schmiedel

## GESUND LEBEN

Fußpilz

**Wen juckt's?** ..... 22  
Dr. med. Michael Schreiber

Augentraining nach Bates

**Eine etwas andere Sicht der Dinge** ..... 37  
Dr. med. Arvi Päärmann

Kamille

**Die „Kummerblume“, die fröhlich stimmt** ..... 40  
Dipl. oec. troph. Roland Possin

## GANZHEITLICH HEILEN

Aus der ärztlichen Praxis

**Hilfe für Mundschleimhäute bei Chemo-/Strahlentherapie** . 26  
Dr. med. Gabriele Tille

Fotos: Matejka (S. 3, 21), Zefa (S. 8), GettyImages (S. 14, 42), WelchAllyn (S. 11), OMRON (S. 12), Schmiedel (S. 13), Marquardt (S. 15), Ardenne (S. 16), Reiß (S. 17), bio-verlag (S. 20), BlueBox (S. 22), Schreiber (S. 23), Collatz (S. 24), Klatt (S. 25), M Press München (S. 25), Flaskamp (S. 35), Ulli Seer aus „Augentraining im Alltag“ von D. Grätz (S. 37), Päärmann (S. 39), Arco Digital Images (S. 40), Possin (S. 41), Körner (S. 42, 44), StockFood (S. 45), HiPP (S. 46), Fromme (S. 47), Mayr (S. 48, 49), Meyer-Wegener (S. 50), Naturarzt (S. 51)

Grafiken: Ravens (S. 9, 15, 20, 49)