

Literatur- Empfehlungen zum Thema Eigenharn



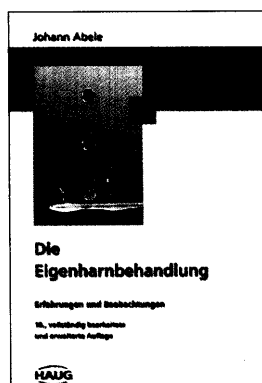
Ingeborg Allmann

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.

€ 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 überarbeitet und erweiterte – Auflage, 240 S.

€ 20,50

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

Inhalt

BEWUSST ERNÄHREN

Die neuen Risiken unserer Ernährung

Was die Industrie uns auftischt 8
Volker Angres

Wirrwarr um Nahrungsergänzungsmittel 12
Hans Heinrich Jörgensen

Joghurt mit Spezialkeimen

Probiotika – nützlich oder überflüssig? 15
Dr. biol. hom. Dipl. oec. troph. Sabine Poschwatta-Rupp

Fettarm kochen

80 Gramm Fett pro Tag reichen „dicke“ 38
Peter Mayr, Diplom-Diätküchenmeister

Nüsse

Knackige Kerne in harter Schale 41
Prof. Dr. rer. nat. Claus Leitzmann

Endivie

Natürlicher Magenbitter 44
Peter Mayr, Diplom-Diätküchenmeister

NATURHEILWISSEN

Divertikulitis

Wenn Darm-Ausstülpungen gefährlich werden 18
Dr. med. Rainer Matejka

Preiselbeere, Bärentraube, Cranberry

Drei Schwestern helfen der Blase 36
Christoph Wagner

GESUND LEBEN

„Auch der normale Alkoholkonsum schadet!“ ... 21
Interview mit Prof. Dr. med. Dr. hc. Hans Helmut Kornhuber

Fotos: Matejka (S. 3, 23), Foodpix (S. 8), Angres (S. 10), Corbis (S. 12, 38), Jörgensen (S. 14), aid Infodienst (S. 15), Stone (S. 15), Poschwatta-Rupp (S. 17), Kornhuber (S. 21), Artville (S. 26), Maurer (S. 32), Deutsche Telekom AG (S. 33), Rögner-Schwarz (S. 35), Green Globe (S. 36), Zefa (S. 41), Mayr jr. (S. 44, 45), Innoventia (S. 46), Überreuter (S. 46), dtv (S. 46)

Grafiken: Ravens (S. 18)