

# 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.

€ 14,-



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** Feldbergstraße 2  
**Der Naturarzt** 61462 Königstein/Ts.  
Fax (0 6174) 92 63-29

# Inhalt

## NATURHEILWISSEN

Herzrhythmusstörungen

**Herz aus dem Takt – harmlos oder gefährlich? ..... 8**

Dr. med. Rainer Matejka

Beingeschwür beginnt oft mit Venenschwäche

**Mit Bewegung und Druck**

**das offene Bein heilen ..... 11**

Dr. med. Franz-Anselm Graf von Ingelheim

Herzinfarkt und Schlaganfall vorbeugen

**Senken Sie Ihr Homocystein ..... 13**

Dr. med. Karl-Heinz Ricken

Krankmacher ausschalten – Blutgefäße schützen

**Sechs Pflanzen gegen die Arteriosklerose ..... 15**

Prof. Dr. med. Karin Kraft

## GANZHEITLICH HEILEN

**Was mir geholfen hat**

**Schuppenflechte mit Kräutern geheilt ..... 18**

Heidrun F.

**Tip des Monats**

**Pflegeöl aus Vogelmilch bei Hautproblemen ..... 18**

**Aus der ärztlichen Praxis**

Nasenpolypen und Bronchialasthma

**Mit Homöopathie endlich wieder frei atmen! ..... 20**

Dr. med. Karl-Heinz Frieze

**Naturheilverständlicher Rat**

**Parodontose ..... 21**

Dr. med. Wolfgang H. Koch

## GESUND LEBEN

Richtig trainieren: aufbauen statt ermüden

**Das kleine 1 x 1 des Freizeitsports ..... 22**

Christian Zehenter, Heilpraktiker

Fotos: Matejka (S. 3), Superbild (S. 8), Mauritius (S. 11, 13, 22, 32, 34), © medi Bayreuth (S. 11, 22), von Ingelheim (S. 12), Ricken (S. 14), Sertürner (S. 15, 16), Tebonin (S. 16), Klosterfrau Gesundheitservice (S. 16), naturganznah (S. 17), Ratiopharm (S. 17), Kraft (S. 17), Koch (S. 21), TKK (S. 22, 41), AOK (S. 23), BilderBox (S. 24), Kudicke (S. 26), Bühring (S. 31), Maurer (S. 34), Wirths PR (S. 37, 38), Pabel (S. 38), Reismann (S. 39), Schmincke (S. 41), Wagner (S. 45), Neumüller (S. 46, 47), DAK/Wigger (S. 48), WBG Verlag (S. 49), Herbig Verlag (S. 49), Buchverlag für die Frau (S. 49), Zehenter (S. 54)  
Grafiken: Lay (S. 9, 42, 44)