

Register

A

Abfallprodukt 28
 Abwehrkräfte 65, 82
 Adipositas 155
 Adrenalin 32
 Akelei 121, 139
 Akne 61, 113
 Alkohol 24, 37, 88, 104, 108
 Alkoholvergiftung 143
 Alkoholentzug 150
 Allergie 37
 Aloe vera 99, 110, 144
 Altern 32, 36, 147
 Alzheimer-Krankheit 36
 Ammoniak 148
 Angelikawurzel 89, 121
 Angina pectoris 102
 Angst 33, 98
 Anis 79, 83, 110, 121, 139, 144
 Antazida 104
 Antibiotika 27, 104
 Antioxidans 37, 40, 82, 132, 138, 143, 150
 Antiseptikum 26, 92
 Antlitzanalyse 29, 61, 63
 Antriebslosigkeit 143
 Apfel 39, 88 ff, 110, 157
 Apfelessigkur 15
 Arnika 89, 104, 121, 139, 151
 Arsen 139
 Arteriosklerose 88, 155
 Artischocke 118
 Asthma 98
 Atkins-Diät 25
 Augen, geschwollene 117
 Augentrost 89, 121
 Auxone 40

B

Bad 72, 78, 89

Baldrian 89, 104, 144
 Ballaststoffe 28
 Bandscheibenschäden 108
 Bärlapp 99
 Basenbrühe 114, 149
 Basenpulver 148
 Basenüberschuss 25
 Bauchspeicheldrüse 98, 148, 150
 Beinwell 129
 Belastung, psychosoziale 31 ff
 Benediktenkraut 104, 110
 Beriberi 13
 Besenreiser 88
 Beta-Carotin 44, 47
 Bewegungseinschränkung 65
 Bicarbonat 148 f
 Bindegewebe 63, 88, 110, 120
 - Schwund 61
 Biomaterialien 68
 Biotin 46
 Birkenblätter 78, 89, 110, 121
 Bitterklee 78, 110, 121
 Bittersalz 25
 Blumenkohl 90, 110, 156
 Blutarmut 77
 Blütenessenz nach Dr. Bach 57
 Bluthochdruck 16, 108
 Blutzuckerwert 16
 Bockshornklee 110, 121, 151
 Bohnen 78, 83 f, 99, 110, 120 f, 139
 Bohnenkraut 79, 83, 99
 Borretsch 83, 89, 99, 110, 121, 132, 144
 Brennnessel 73, 83
 Brennwert 18
 Brokkoli 71, 99, 129, 145
 Brom 127

Bronchitis 88, 126

Brot 40, 91

Broteinheit 57

Buchweizen 106 f, 135, 142

C

Calcium
 - carbonicum Nr. 22 147
 - fluoratum Nr. 1 33, 61 ff, 70 ff
 - - Mangel 64, 70
 - phosphoricum Nr 2 23, 32 f, 59 f, 77 ff
 - - Mangel 64 f, 78
 - - Speicher 63
 - sulfuricum Nr. 12 61, 63 f, 126
 Cellulite 23, 113
 Chicorée 119
 Chips 36
 Chlorid 89
 Chloridmangel 89, 111
 Cholesterin 36, 118, 132, 155
 Chondroitinsulfat 110
 Chrom 118, 155 f
 Cola-Getränk 24
 Cuprum arsenicosum Nr. 19 82, 88, 98, 138 f

D

Darmflora 27
 Darmfunktion, Umkehrung 25
 Darmperistaltik 28, 102
 Darmreinigung 25
 DDT 30
 Dehnungsstreifen 120
 Denaturierung 34 f
 Diabetes 36, 118, 132, 143, 155
 Diät 24 ff
 Diuretika 104
 Düngemittel 30 f
 Durchfall 82, 117
 Durstgefühl 58

E

Eisen 59, 82
 Eisenaufnahme 83, 138
 Eisenkraut 78, 83, 104, 129, 144
 Eisenmangel 64, 82, 84, 132
 Eiweiß 22 f, 77, 99
 Elastizität 61 f, 64, 70
 Elektrogerät 29
 Elektromog 104
 Energie 18 f, 28, 92
 Energiefeld 16 f, 29, 35, 54
 - elektromagnetisches 29, 88
 Entgiftung 117, 150
 Entwicklungsrückstand 147
 Entzündung 82, 126
 Enzian 89, 99, 110, 121, 129
 Enzymaktivator 132, 138
 Epilepsie 138
 Erbsen 78, 83, 120, 139
 Erhitzen 37, 40
 Erkrankung, chronische 57
 Ernährung 10 ff, 14 ff
 - ausgewogene 12
 - nach Dr. Bruker 25
 - einseitige 22, 24 ff
 - eiweißreiche 21
 - gesunde 10, 15, 69
 - vollwertige 29
 Ernährungsgewohnheit 15, 20 ff, 33
 Ernährungskonzept, sinnvolles 27 f
 Erschöpfungszustand 92
 Essattacke 26
 Essen 12 f, 20
 - aufgewärmtes 19
 Essig 39, 78, 108

- F**
 Falten 61, 64
 Farbe 17
 Faserstoffe 28
 Fastenkur 25
 Fastfood 11, 20, 35 f
 Fenchel 83, 89, 99,
 116, 121, 144, 156
 Fermentation 40
 Fernsehen 32
 Ferrum phosphoricum
 Nr 3 26, 59, 63 f,
 82 ff
 Fette 36, 43, 51
 - Erhitzen 37
 - hydrierte 36
 Fetteinlagerung 22
 Fettleber 22
 Fettsäure 36
 - essentielle 18, 70, 92
 - ungesättigte 62, 70 f
 Fettstoffwechsel 155
 Fieber 82, 92
 Fisch 43, 50 f, 69, 71,
 78, 128 f
 - Rezept 101, 130
 - Selengehalt 150
 Fleisch 43, 50 f, 78,
 83, 113
 Fluorid 71 f
 Fluormangel 72
 Flüssigkeitshaushalt
 109
 Folsäure 46, 48, 88
 Frauendistel 78, 89,
 110, 139
 Frauenmantel 104,
 129, 139, 144, 151
 Freie Radikale 15, 37
 Fresssucht 24
 Frischkost 19, 28
- G**
 Gedächtnisleistung
 109
 Gefühle 16, 29
 Gehirn 109
 Gelenkgeräusch 108
 Gelenkschmerzen 113
 Gemüse 19, 28, 40,
 42, 50 f, 71
 - Eisen 83
 - Kalium 89
 - Magnesium 104
 - Natrium 110
 - Phosphor 79
 - Rezept 135
 - Schwefel 99
 - Selen 151
 - Silizium 121
 - Zink 144
 Gemüsebrühe, basi-
 sche 113 f
 Genmanipulation 35
 Gerste 123 f
 Getränke 43, 51
 Getreide 34, 40, 42,
 50 f, 83, 120
 Gewalt 32
 Gewichtsreduktion
 22, 24
 Gewichtszunahme 23
 Gewürzkräuter 79, 83,
 89, 99, 104
 - Natrium 110
 - Selen 151
 - Silizium 121
 - Zink 144
 Gicht 117, 126
 Giftstoffe 25 f
 Glauben 17
 Glaubersalz 25, 117
 Glukosetoleranzfaktor
 155
 Glutamin 109
 Gnadenkraut 129, 151
 Goldrute 110, 121, 151,
 156
 Grillen 15
 Gundelrebe 89, 121,
 139
- H**
 Haarausfall 70, 143
 Haare 61, 120
 Hafer 87, 96, 121 f, 142
 Hagebutte 78, 83, 104,
 110, 139, 144
 Hämorrhoiden 70
 Hanf 121, 144
 Harnsäure 113, 148
 Harnstoff 148
 Hauswurz 110, 129,
 139
 Haut 61
 - trockene 108, 113
 Hautausschlag 37, 65
 Haysche Trennkost 25
 Hefe 40, 88, 139, 144
 Heidelbeerblätter 104,
 110, 156
 Heißhunger 26, 108,
 113
 Hering 87, 89
 Herpes 117, 150
 Herzrasen 128
 Herzfähigkeit 109
 Herzverfettung 22
 Heuschnupfen 108
 Hirse 86, 120, 122,
 124 f
 Hirtentäschel 89, 104,
 110, 121, 156
 Holunderblüten 72,
 78, 83, 144, 151, 156
 Homöopathie 57, 109
 Honig 34, 39
 Hopfenblüten 104,
 121, 144
 Hornhaut 62, 70
 Huflattich 78, 89, 110,
 121, 144
 Hülsenfrüchte 42, 51
 Hungergefühl 17, 92
 Husten 77, 88
 Hyperglykämie 155
 Hypoglykämie 155
- I**
 Immunsystem 65, 109,
 139, 143
 Impfung 88
 Infektanfälligkeit 70
 Insulin 98 f, 143
 Isländisches Moos
 78, 83, 89, 99, 121,
 129, 144
- J**
 Jod 128 f
 Johanniskraut 72, 99,
 121, 132, 139, 144,
 151, 156
 Juckreiz 102, 117
- K**
 Kaffee 21, 24, 82, 98
 Kakaopulver 31, 82
 Kalium
 - bichromicum Nr.
 27 155
 - bromatum Nr. 14 127
 - chloratum Nr. 4 25,
 63 f, 88 ff, 98
 - iodatum Nr. 15 78,
 128 f
 - phosphoricum Nr. 5
 26, 63 f, 92 ff
 - sulfuricum Nr. 6 63
 f, 98 ff
 Kaliummangel 89,
 93, 99
 Kalorien 11, 18
 Kalzium 51, 58 f, 71
 f, 77 f
 Kalziumhaushalt 61
 Kalziummangel 64 f,
 70, 72, 78 f, 126
 Kamille 72, 78, 83, 99,
 104, 110, 144, 151
 Karotte 84, 95, 99,
 129, 131
 Kartoffeln 42, 50 f,
 75, 80, 89, 95, 111,
 130, 152
 Käse 76, 78, 89, 106
 Keratin 70
 Kieselerde 61, 71, 120
 Klaustrophobie 98
 Knoblauch 139, 141,
 144, 151, 154
 Knochendichte 24
 Knochenstoffwechsel
 132
 Knochensynthese 77
 Knorpel 110, 132
 Kohl 123
 Konservierung 35, 40
 Kopfschmerzen 27
 Krampfadern 33, 70
 Krankheit 33
 Kräuter 72, 79
 Kropf 128
 Kupfer 82, 88, 98,
 138 f
 Kür 15, 25
- L**
 Langzeitspeicher 63 f
 Lauch 81, 89, 110,
 120, 122, 151
 Lavendel 78, 83, 104,

144, 156
 Lebensgewohnheit
 14 ff
 Lebensmittel 12, 40
 - Chlorid 89
 - Eisen 83
 - Fluorid 71 f
 - Jod 129
 - Kalium 88 f
 - Kalzium 71
 - Kupfer 139
 - Magnesium 104
 - Natrium 110
 - Phosphor 78 f
 - Selen 150
 - Silizium 120
 - Vitamine 44 ff
 - Zink 144
 Leber 82, 117, 139, 144
 Lecithin 92 f
 Leinsamen 99, 121,
 129, 144, 151, 154
 Leistungssport 103
 Leukozyten 19
 Liebstöckel 110, 121,
 139, 144
 Lindenblüten 72, 121,
 144
 Linsen 80, 83, 137, 144
 Lippen, aufgesprungene 62
 Löwenzahn 72, 78, 83,
 89, 99, 110, 121, 144
 Lufthunger 98
 Lungenkraut 110, 129,
 139

M

Magensäure 148
 Magenübersäuerung
 16
 Magnesium 31, 59 f
 - phosphoricum Nr.
 7 26, 31 f, 60, 63 f,
 102 ff
 Magnesiumbedarf,
 erhöhter 104
 Magnesiummangel 31
 f, 60, 64, 103
 Mais 107
 Makrobiotik 24 f
 Makromineralien 63
 Makuladegeneration

143
 Malve 89, 104, 121,
 139, 144
 Mangan 110
 Manganum sulfuricum
 Nr. 17 82, 132 f, 148
 Mangelernährung 13 f
 Mangelerscheinung
 29
 Mariendistel 118
 Massenmedien 32
 Mehl 34
 Melanin 138
 Melisse 78, 104, 144,
 151
 Mikromineralien 63
 Mikronährstoff-Gehalt
 44 ff
 Milch 43, 50 f, 71
 Milchprodukte 43, 50
 f, 71, 88
 Mineralstoffe 18, 25 f,
 28, 51, 68
 - Dosierung 56 f
 - Einnahme 55 ff
 - Funktion 54 f
 - Konzentrationsver-
 hältnis 58 ff
 - Potenzierung 57
 - Speicher 62 f
 Mineralstoffgehalt 31
 Mineralstoffmangel
 21, 25 f, 29
 - Ausgleichen 59
 - Folgen 60 ff
 - Symptom 78
 - Ursache 31 ff, 39
 Mineralstoffräuber 34
 Mineralwasser, basi-
 sches 149
 Mistel 89, 99, 104,
 110, 156
 Mobbing 32
 Modekost 15
 Müdigkeit 19, 62, 113
 Mundgeruch 26, 92
 Muskelkrämpfe 59 f,
 65, 77
 Müsli 79, 93, 99, 121 f,
 133, 140

N

Nägel 61, 70 f, 120,

143
 Nahrung 16 f, 40 f, 51
 - Energie 18 f
 - energiereiche 35
 - faserstoffreiche 28
 Nahrungsergänzungs-
 mittel 14, 31
 Nahrungsmittel 12,
 19, 40
 - biologische Funktion
 50
 - fermentierte 69
 - Isolierung 33 f
 Nahrungsmittel-Aus-
 wahl 42 f
 Nahrungsmittelindust-
 rie 12, 14, 36
 Nahrungsmittelzusatz
 36
 Natrium
 - bicarbonicum Nr.
 23 148
 - chloratum Nr. 8 58,
 61, 63 f, 78, 92,
 108 ff
 - phosphoricum Nr. 9
 22, 61, 63 f, 78, 113 f
 - sulfuricum Nr. 10 63
 f, 117 f, 148
 Natriummangel 64,
 78, 92, 108, 111, 113
 f, 117
 Netzfreeschaltgerät 29
 Neuralgie 138
 Neurodermitis 117
 Niazin s. Nicotinamid
 Nicotinamid 46, 48
 Nitrate 31
 Nüsse 40, 43, 50,
 71, 89
 - Magnesium 104
 - Verlangen, starkes 92

O

Obst 19, 40, 42, 50 f
 - Eisen 83
 - Jod 129
 - Kalium 89
 - Natrium 110
 - Phosphor 79
 - Zink 144
 Obstipation 28
 Ohrgeräusche 120

Öle 43, 50 f, 69 f
 Omega-Fettsäure 70
 Orangenhaut 23, 113
 Osteoporose 24, 65,
 77, 132

P

Pantothensäure 46,
 49
 Paprika 72, 76, 89
 Pfefferminze 89, 99,
 104, 144
 Pfifferlinge 85 f
 Pflanzenfett 36
 Pflanzenschutzmittel
 30
 Phosphate 31
 Phosphor 78 f, 93
 Phosphormangel 79,
 84, 93, 114
 Pigmentflecken 98
 Provitamin A 44
 Puffer 148

Q

Quellwasser 18, 40

R

Rauchen 37, 98
 Raucherentwöhnung
 150
 Raute 89, 104, 110,
 121, 129, 139
 Reis 13, 115 f
 Retinol 44, 47
 Rheuma 117, 126
 Ringelblume 72, 78,
 83, 99, 129, 139, 144
 Rohkost 19, 105
 Rosenkohl 118
 Rosmarin 78 f, 83,
 121, 139
 Rote Beete 99 f, 110,
 133, 145
 Rotkohl 73, 89, 99,
 110
 Runzeln 61

S

Saft 50
 Salat 19, 85
 Salbei 99, 121, 129,
 144

- Salz 34, 58
 Sauerstofftransport 26, 82, 98
 Säugling 57
 Säure 21, 23, 38
 Säure-Basen-Haushalt 113
 Säurebelastung 61
 Säureschaukel 21
 Säureüberschuss 24 f
 Scampi 74
 Schadstoffe 23, 25, 28 f, 38
 - Ausscheidung 117
 Schafgarbe 72, 78, 83, 89, 104, 110, 121, 129, 139, 144, 151
 Schilddrüse 128 f, 150
 Schilddrüsenhormon 129, 138
 Schlafplatz 29
 Schlafstörung 77
 Schleimhaut 109 f
 Schleimhautkatarrh 147
 Schlüsselblume 110, 121, 151
 Schmerzen, krampfartige 102 f
 Schokolade 103, 120
 Schokoladenhunger 26, 31, 60, 102
 Schöllkraut 121
 Schuppen 98
 Schüßler-Mineralstoff 21, 25 f, 54 ff, 68 ff
 Schwächezustand 64, 147
 Schwangerschaft 24, 33, 38, 71
 - Essattacke 26
 - Magnesiumbedarf 104
 - Wadenkrämpfe 59
 Schwefel 99
 Schwermetallbelastung 150
 Schwindelgefühl 26, 128
 Schwingungsfeld 54
 Schweißausbruch 77, 128
 Seele 17
- Sehne, verhärtete 70
 Selenium Nr. 26 117, 150 f
 Sellerie 71, 78, 94, 96
 Silicea Nr. 11 61, 63 f, 120 f
 Skorbut 13
 Sodbrennen 65, 113
 Sojabohne 78, 83, 99, 110
 Spargel 141
 Spinat 71, 83, 89, 105 f, 129, 136
 Spiritualität 17
 Spitzwegerich 78, 83, 89, 104, 110, 121, 129, 139, 144, 151
 Spritzmittel 30
 Spurenelemente 28, 31
 Steinsalz, tibetisches 15
 Stillzeit 71, 104
 Stress 31 f, 104
 Süßigkeiten 16, 21
 Süßungsmittel 43
- T**
 Taubnessel 99, 151
 Tausendgüldenkraut 83, 89, 104, 139
 Tee 71 f, 78, 82 f, 118
 - Chrom 156
 - Kalium 89
 - Natrium 110
 - Schwefel 99
 - Silizium 121
 Temperatur, erhöhte 26
 Temperaturanstieg 109
 Thermoregulation 109
 Thymian 79
 Tiefkühlung 40
 Tomate 112, 120
 Transfette 36
 Transportfunktion 26, 82
 Trinkwasser 71 f
- U**
 Übergewicht 22 ff, 88
 Übersäuerung 23, 38 f, 64
 - Neutralisierung 58 f
 Überzuckerung 33 f
 Ulcus cruris 117
 Umweltgifte 37
 Unfruchtbarkeit 143
 Unruhe, innere 127 f
- V**
 Verdauung 19, 28, 65
 Verdauungsleukozytose 19
 Verdauungsstörung 148
 Verdauungswiderstand 27
 Verkrampfung 102
 Verlangen, starkes 21, 78, 88, 92, 108
 - - nach Bitterem 117
 - - nach Mehlspeisen 113
 Verschlackung 117
 Verstopfung 28, 65, 82
 Verunsicherung 33
 Verwirrtheit 109
 Vitalität 62
 Vitalstoffe 18, 40
 Vitamin 18, 28, 31, 44 ff
 - A 44, 47
 - B 40
 - B1 13, 44
 - B2 44
 - B6 45 f, 88
 - B12 45, 47, 88
 - C 45, 47, 83, 88
 - - Mangel 13
 - D 45, 47, 77
 - E 45, 48
 - H 46
 - K 48
 Vitamin-B-Komplex 109
 Vitiligo 98, 138
 Völlegefühl 98
 Vollkornmehl 28
- W**
 Wacholderbeeren 83, 144
 Wachstumsfaktor 150
- Wadenkrämpfe 59
 Waldmeister 78, 83, 104, 139, 144
 Wärmehaushalt 108
 Wasserhaushalt 109
 Weidenrinde 89, 139
 Weißdorn 78, 99, 139, 144
 Weißkohl 83, 131
 Wermut 78, 83, 89, 99, 104, 110, 144
 Wollkraut 139
- X**
 Xenobiotika 37 f
- Z**
 Zähne 70, 77 f
 Zahnfleischbluten 92
 Zahnschmelz 71
 Zellmembran 92
 Zellregeneration 109
 Zellschutz 50
 Zellwachstum 138, 143
 Zincum chloratum Nr. 21 78, 143 f
 Zink 51, 110, 117 f, 126, 139
 Zinkmangel 144
 Zinnkraut 72, 78, 89, 110, 121, 144
 Zitronensaftkur 15
 Zitrusfrucht 39
 Zivilisationskrankheit 10, 41
 Zucchini 141
 Zucker 33 f, 36
 Zungenbelag, weißer 25, 88
 Zwetschgen 75 f, 157
 Zwiebel 145 f