

Krebszellen Lieben Zucker Patienten Brauchen Fett

Atmende Schritte
 Stopp Diabetes!
 Ketogene Diät bei Krebs
 Am Arzt vorbei geht auch ein Weg
 Sei dein eigener Arzt
 Der Keto-Kompass
 Schluss mit Essverboten!
 Krebs als Chance
 Nutrición cetogénica contra el cáncer
 Die Zucker-Lüge
 Klüger werden und Demenz vermeiden
 Krebszellen lieben Zucker - Patienten brauchen Fett
 No Grain, No Pain
 Fett-Guide
 Wie Übergewicht entsteht ... und wie man es wieder los wird
 Die Befreiung von Krebs, Alzheimer, Parkinson und Co.
 Your Life in Your Hands
 Kokosöl (nicht nur) fürs Hirn!
 Entpuppt
 Krebs: Gemeinsam sind wir stark
 Der Keto-Kompass - Das Kochbuch
 Keto Basics
 Krebs - natürlich können Sie sich jetzt beschissen fühlen, aber Sie sind nicht dazu verpflichtet
 Perfect Health Diet
 Ketogene Ernährung bei Krebs
 Life Without Bread
 Ketoküche zum Genießen
 Die Waffen niederlegen
 Mit Rotwein gegen Krebs
 Länger und gesünder leben - trotz Krebs
 Chronisch gesund statt chronisch krank
 Mein Brot macht nicht nur schlank
 Ketoküche für Einsteiger: Rezepte & Kraftshakes
 Krebszellen lieben Zucker - Patienten brauchen Fett
 Volkskrankheit Fettleber
 Ketoküche kennenlernen
 Wenn der Kiefer knirscht
 Das Handbuch der ketogenen Ernährung
 Keto for Cancer
 Keto - richtig gesund

*Krebszellen Lieben
 Zucker Patienten
 Brauchen Fett*

Downloaded from
[hl uconnect. hl u. edu. vy](http://hl.uconnect.hl.u.edu.vy)
 guest

TANIYA RACHAEL

Atmende Schritte Random House
 Von der Schulmedizin bis heute ignoriert:
 Die wahren Ursachen der chronischen
 Zivilisationskrankheiten - und was man
 dagegen tun kann Arthrose, Diabetes,
 Alzheimer, Rückenleiden, Krebs, Burnout
 ... Noch nie hat es so viele chronisch
 Kranke gegeben wie heute - und immer
 öfter sind bereits junge Menschen
 betroffen. Viele dieser Patienten sehen in
 ihrer Erkrankung ein unvermeidbares und
 unabänderliches Schicksal und werden
 darin sogar noch von ihren behandelnden
 Ärzten bestätigt. Der Internist, Reha-
 Experte und Ganzheitsmediziner Dr. med.
 Bernhard Dickreiter ist vom Gegenteil

überzeugt: Anschaulich und unterhaltsam
 erklärt er anhand zahlreicher
 Patientenbeispiele, wie chronische
 Zivilisationskrankheiten entstehen, wie
 man sie vermeiden und - frühzeitig
 erkannt - sogar heilen kann.

Stopp Diabetes! Riva Verlag
 Krebs als Chance: das Entdecken tiefer
 Bewusstseinsschichten - ein
 Verhandlungsführer mit dem Tod. Der
 Mensch besteht aus Körper, Verstand und
 Geist. Ein einschneidendes Erlebnis wie
 eine Krebs-Diagnose wird meist
 gesamthaft in allen dreien dieser Ebenen
 als eine kritische Lebenssituation
 empfunden. Neben der klassischen
 Medizin, die den Körper behandelt, gibt es
 ein weiteres mächtiges Potential, das jede
 und jeder Betroffene für sich erschließen
 und nutzen kann: Es ist das Entdecken der
 eigenen tiefen Bewusstseins-schichten,

aus denen heraus neue Ressourcen
 entwickelt und neue Handlungs-
 Alternativen geschaffen werden können. In
 diesem Buch wird das Handwerkszeug für
 solche Entwicklungsprozesse vorgestellt
 und anhand von über siebzig
 Fallbeispielen anschaulich dargestellt. Die
 Haltung dieses Buches ist, dass kein
 Patient in einem Opferstatus gefangen
 bleiben muss, dass es vielmehr viele Wege
 gibt, Verständnis in einer übergeordneten
 Ebene zu entwickeln, aus der heraus sich
 erfolgreich neue Handlungsmöglichkeiten
 ergeben können. Interessant ist das Buch
 nicht nur für Krebspatienten, sondern für
 alle Menschen, die aufgeschlossen sind,
 mehr über die tieferen
 Bewusstseinsschichten von uns zu
 erfahren. Ganz unabhängig von
 bestehenden Glaubenssystemen geht es
 um das Erleben von bislang verborgenen

Zusammenhängen, die sich über unseren kognitiven Verstand hinaus (aber nicht in Widerspruch dazu!) eben auch erschließen können. Genau dies ist Teil von Spiritualität.

Ketogene Diät bei Krebs Riva Verlag

Die ketogene Ernährung, die sich durch viel Fett und sehr wenig Kohlenhydrate auszeichnet, liegt im Trend, weil sie nicht nur beim Abnehmen hilft, sondern auch vielen Erkrankungen wie Alzheimer, Krebs oder Diabetes entgegenwirkt. In diesem Buch erklärt das Autorenteam aus vier Keto-Expertinnen fundiert, warum Keto gesundheitsförderlich ist und welche Lebensmittel die Ketonbildung fördern. Wissenschaftler und Ärzte aus aller Welt berichten, wie und wann sie die Ketose therapeutisch einsetzen. 30 leicht nachzukochende Rezepte aus der modernen Keto-Küche zeigen, wie gut ketogene Gerichte schmecken können. Der Keto-Kompass ist das Grundlagenwerk für alle, die die Keto-Ernährung selbst ausprobieren oder Ketone in der Therapie anwenden möchten.

Am Arzt vorbei geht auch ein Weg

Simon and Schuster

Jeder kennt die Ratgeber, die versprechen, dass man gesund wird, wenn man nur fest daran glaubt, energetisch angereichertes Wasser trinkt, esoterische Rituale durchführt u. v. m. So recht überzeugen kann das meist nur Anhänger der jeweiligen Philosophie, wohingegen die meisten Menschen beim Gedanken an die esoterischen Wunderheilungen die Nase rümpfen. Unbestritten und nun auch erstmalig wissenschaftlich belegt ist aber die Tatsache, dass der menschliche Organismus tatsächlich ein großes Potenzial in sich trägt, sich selbst gesund zu erhalten oder gar zur Heilung beizutragen – und all dies ohne Hilfe von Medikamenten. Alexandra Reinwarth und die Medizinerin Jael Backe haben nun erstmalig die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse und deren Alltagsbezug zu diesem Thema zusammengetragen und erläutern Phänomene wie: - Warum ist man krank ohne Befund? - Warum gibt es einen Placebo-Effekt, bzw. auch das Gegenteil, den Nocebo-Effekt? - Wie kann sich der Körper mit Hilfe von Enzymen, Proteinen, dem Immunsystem etc. selbst heilen? - Inwiefern kann die Psyche im Körper Schaden anrichten oder das Gegenteil bewirken? - Wie wichtig sind Ernährung und Spiritualität für Heilung? Die Autoren haben einen fundierten Ratgeber auf dem neuesten Stand der wissenschaftlichen Forschung geschrieben, dessen Lektüre die Beziehung zu unserem eigenen Körper in neuem Licht erscheinen lassen wird.

Sei dein eigener Arzt BoD – Books on Demand

Ist Ihr Körper gerade nicht Ihr bester Freund und stehen Sie sich häufig bei der Umsetzung Ihrer guten Vorsätze selbst im Wege? Mein Brot macht nicht nur schlank gibt Ihnen Hilfestellung mit zahlreichen Tipps, wie Sie Ihre Situation sofort ändern können. Ernährungsberatung, die Ihnen nicht mehr Obst und Gemüse empfiehlt, sondern, die aus der Praxis mit einigen tausend Beratungen hervorgeht und gepaart ist mit einer Prise von effizienten Bewegungsempfehlungen. Holen Sie sich Ihre Gesundheit, Ihre Lebensqualität und Ihre beste Form zurück, indem Sie einfach essen, Fett verbrennen, Muskeln aufbauen und dabei auch noch genussvoll leben. Zudem verschaffen Sie sich Zugang zu einem Ernährungskonzept, das Sie nicht nur theoretisch begleitet, sondern auch praktisch mit Lebensmitteln versorgt, die auf Ihren Stoffwechsel regulativ wirken und sich vielfach langfristig bewährt haben. Stoßen Sie die Tür auf zu einer Lebensführung, die Sie hier und jetzt und auch überall in 10 Jahren noch umsetzen möchten.

Der Keto-Kompass Riva Verlag

Köstlich kreativ keto-kulinarisch kochen. Ganz wenige Kohlenhydrate, extra viel Genuss! Die ketogene Ernährung gewinnt nicht nur immer mehr Liebhaber, sondern auch an Renommee in der Wissenschaft. Ob zum Abnehmen, zum Muskelaufbau, zum Schutz vor Alzheimer oder bei Krebs – immer mehr Menschen möchten die ketogene Kost kennenlernen und ausprobieren. Doch bislang fehlt es an einem kulinarisch herausragenden Kochbuch. Hier kommt die Erfolgsautorin und Gewürzexpertin Bettina Matthaei gerade recht mit ihrem neuen großen Premium-Kochbuch für höchste kulinarische und ernährungswissenschaftliche Ansprüche. Mit kreativen und inspirierenden Rezepten, vielen Tipps und Erläuterungen. Die Rezepte sind als Baukastensystem bezüglich der Fett-, Kohlenhydrat- und Eiweißanteile variierbar für alle Ansprüche. Einige Auszüge aus dem Inhaltsverzeichnis: - Grüner Pfeffer-Kokos-Quark mit Limetten-Papaya - Sternanis-Entenbrust mit feinem Sellerie-Kokos-Püree mit Bourbonvanille & Limettenblatt - Hähnchen-Wok mit Ingwer, Bambus, Shiratakinudeln - Garnelen in Koriander-Kokosmilch - Schoko-Kokospudding mit Vanille - Rezeptaufbau nach einem innovativen Baukastensystem. - Für Menschen, die mit einer kohlenhydratreduzierten Kost genussvoll abnehmen möchten. - Für Menschen, die nicht abnehmen, sondern sich einfach

gesund ketogen ernähren möchten. -

Interessant für Demenzkranke. Hilft in der Krebstherapie. Prävention fürs Hirn.

Schluss mit Essverboten! Riva Verlag

8 Jahre Erfahrungen mit einer Krebsdiagnose und Behandlung führen zu erstaunlichen Einsichten, nicht nur zu Ernährung und Sport, sondern im Umgang mit Ärzten, Freunden und Familie. Auf eine sehr humorvolle Art erfahren Sie viel Neues und werden immer mal wieder sagen: Ach so?! Seien Sie gespannt auf eine andere fröhliche Sicht auf die Dinge, von Testament bis Arztbesuch, von "warum ich?" bis Torte Caprese, von Sauerkraut bis Quercetin, von Verstopfung bis Besuch bei Freunden... ein rundum humorvolles Lesebuch....

Krebs als Chance BoD – Books on Demand

Neue Erkenntnisse, Studie und Erfahrungswerte bezüglich AHDS, Alzheimer, Parkinson, Krebs und Demenz werden in diesem Buch preisgegeben. Gleichzeitig wird der Bezug zu diesen Erkrankungen und unserer heutigen Lebensweise und Ernährung beleuchtet. Das Erkennen, wie beispielsweise das etablierte schulmedizinische-System wirklich funktioniert und wie miserabel die Heilerfolge wirklich sind, soll in diesem Buch deutlich gemacht werden. Vor allem das "Schreckgespenst" Krebs wird von einer ganz anderen Seite her beleuchtet und verliert dadurch seinen hoffnungslosen Blickwinkel. Ferner werden ganz bestimmte Nahrungsergänzungsmittel beschrieben und wie sie gezielt für die eigene Gesundheit eingesetzt werden können. In diesem Buch geht es außerdem um deinen Aufwachprozess. Das Erkennen der Wirklichkeit in vielen Bereichen. Das Augen-öffnen, um bewusst zu begreifen, dass die Welt, die wir von Geburt an präsentiert bekommen, nicht der Wirklichkeit entspricht. Das sich loslösen von einprogrammierten Verhaltensweisen, Denkstrukturen und Konditionierung, soll mit diesem Buch ein Stück weit unterstützt und eingeleitet werden. Es werden Zusammenhänge sichtbar gemacht um aufzuzeigen, dass man eigenverantwortlich, Gesundheit und vor allem sein ganzes Leben mit Leichtigkeit ins Positive lenken kann.

Nutrición cetogénica contra el cáncer BoD – Books on Demand

Die ketogene Ernährung ist populärer denn je – aus einem bestimmten Grund! Verwandelt diese Ernährungsform unseren Organismus doch in eine Fettverbrennungsmaschine und bekämpft dabei gleichzeitig auf eindrucksvolle Weise die größten Volkskrankheiten wie

Arteriosklerose, Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Adipositas und anderes. Die Tatsache, dass unser Organismus zur Ketogenese fähig ist, hat unseren Vorfahren in der evolutionsgeschichtlichen Entwicklung das Überleben gesichert. Deshalb muss Ketose als ein absolut physiologischer Vorgang verstanden werden. Dieses Buch liefert dem Leser nicht nur ausführliche Hintergrundinformationen, sondern geht auch auf Besonderheiten und wissenschaftliche Aspekte der Ketose ein. Es schafft so ein komplexes Verständnis des Themas und erleichtert den Weg zu einer umfassenden, selbstständigen und erfolgreichen Ernährungsumstellung. Die Zucker-Lüge Georg Thieme Verlag Simplify the keto diet and customize it to fit your lifestyle with this accessible, easy-to-use guide! Lately, more and more people have been turning to the keto diet for its high-fat, low carb approach to health and weight-loss. But with so many rules and restrictions, how do you know where to begin? (And what if you're just not ready to give up pizza?!) Keto Basics is here to show you how easy to follow the keto diet can be, and how you can make it work for you, not the other way around! Keto Diets acknowledges that just because a popular diet works one way for one person doesn't mean it'll work the same way for you. Instead, it offers simple, easy to understand explanations and one hundred tips, tricks, and advice on how to adapt the keto diet to fit your needs! Say goodbye to the one-size-fits-all approach to the keto diet with Keto Basics.

Klüger werden und Demenz vermeiden

Heyne Verlag
Low Carb, High Fat – was ist dran am aktuellen Ernährungstrend? Ist es nur wieder ein schnelles Diätversprechen oder ist Keto wirklich gesund? Ist es! Wenn man auf ein paar Dinge achtet. Entscheidend für die positive gesundheitliche Wirkung ist es, die richtigen Lebensmittel in der richtigen Kombination auszuwählen und gesunde Fette und Öle zu verwenden. So kann Keto beim Abnehmen helfen und gegen Diabetes, Demenz, Rheuma und Autoimmunerkrankungen wirken. In diesem Keto-Kochbuch zeigen Dr. med. Brigitte Karner und die Ernährungswissenschaftlerin Ulrike Gonder, wie sich eine gesunde Keto-Küche einfach, saisonal und effektiv umsetzen lässt. Die Rezepte werden ergänzt durch wertvolle Tipps, wie Tees, Wildkräuter und Heilpflanzen die ketogene Ernährung unterstützen können. Außerdem erzählen »Zuckerjunkies«, wie sie zum Fatburner wurden und welche großartigen Erfolge sie mit der Ernährungsumstellung erzielen

konnten. So gibt es neben alltagstauglichen Rezepten und wichtigen Infos auch die nötige Portion Motivation. Krebszellen lieben Zucker – Patienten brauchen Fett BoD – Books on Demand "Es ist an der Zeit, die Waffen zu senken und dem Boten die Tür zu öffnen. Das Symptom ist nicht unser Feind. Es will etwas mitteilen, was in unserem Sinne ist." Mit diesen aufrüttelnden Worten beschreibt Kerstin Chavent, welche Schlüsse sie aus ihrer eigenen Brustkrebserkrankung gezogen hat. "Aus meiner heutigen Sicht war für mich die Erfahrung mit Krebs ein Segen. Wie kein anderes Ereignis vorher hat die Krankheit mich auf die Reise geschickt. Dank ihr habe ich mich in Bewegung gesetzt und bin in gewisser Weise zur Abenteurerin geworden. Niemals zuvor habe ich mein Leben spannender, intensiver und reichhaltiger gefunden. Endlich habe ich es gewagt, authentisch zu leben und mich von dem zu befreien, was schwer auf mir lastete. Ohne den Krebs hätte ich nicht angefangen, mich selbst zu lieben."

No Grain, No Pain Riva Verlag
Ein Buch, das Ihnen zeigt, wie Sie Ihre Intelligenz verbessern und die Leistungsfähigkeit Ihres Gehirns bis ins hohe Alter erhalten können. Es richtet sich an Jung und Alt, aber auch an Eltern von kleineren Kindern. Mit Mitte dreißig war der Autor aufgrund seiner jahrzehntelangen schweren Migräneerkrankung geistig und körperlich bereits so sehr erschöpft, dass er sich kaum mehr konzentrieren konnte, unter Schlafstörungen litt und bei den kleinsten Anstrengungen und Aufregungen Kopfschmerz-, Schwindel- und Panikattacken bekam. Daneben plagten ihn chronische Müdigkeit, Depressionen und rheumatische Beschwerden. Von den Ärzten war kaum mehr Hoffnung zu erwarten, da er im medizinischen Sinne als austherapiert galt. Wenig später fand er heraus, was er - wie vermutlich die meisten Menschen in unserer Gesellschaft ebenso - seit Anbeginn seines Lebens falsch machte. Heute, mit über 60 Jahren, erarbeitet er eigenständige kreative Lösungen zu äußerst komplexen wissenschaftlichen Problemstellungen, wie es die von ihm entwickelte Systemische Evolutionstheorie beispielhaft demonstriert. Das Buch wendet sich an alle, die ihre vorhandene Konzentrationsfähigkeit weiter verbessern und sich ihre kognitiven Fähigkeiten bis ans Lebensende erhalten möchten. Es macht Mut und Hoffnung, da es zeigt, dass man mit den geeigneten Maßnahmen selbst im Alter noch deutlich klüger und kreativer werden kann. Der Autor lässt

anklingen, dass die im Buch vorgeschlagenen Verhaltens- und Lebensstilmaßnahmen ein erhebliches Kostensenkungspotenzial im Gesundheitssystem besitzen können. **Fett-Guide** BoD – Books on Demand Wer für die Bewältigung einer Krebserkrankung nach bewährten ganzheitlichen Therapien oder gesundheitsfördernden Methoden und Mitteln als unterstützende oder ergänzende Maßnahme zur konventionellen Medizin sucht, soll in diesem Buch ein breites Spektrum an Informationen finden. In persönlichen Erfahrungsberichten, die hier im Sinne eines Handbuches von A bis Z (Achtsamkeitstraining bis Komplementäre Zahnmedizin) gegliedert sind, beschreiben Fachleute aus unterschiedlichen Gesundheits- und Heilberufen ihre Arbeit mit Krebspatienten, in unterschiedlichen Gesundheits-, Beratungs-, Begleit- und Betreuungseinrichtungen aus ganzheitlicher Sicht. Es geht dabei um Bewältigungsstrategien für Körper, Geist und Seele. Durch ein Miteinander von Schulmedizin und Komplementär- und Erfahrungsmedizin entstehen neue Perspektiven für eine integrative Medizin, die das Beste aus beiden Welten zum Wohl des Kranken vereint. Dies fördert eine positive Mitarbeit, aktiviert die Selbstheilungskräfte und stärkt vor allem das Immunsystem als Wächter der Gesundheit. Wer sich wohlüberlegt und selbst bestimmt für ein individuell passendes Maß an medizinischen Therapien entscheiden will, kann anhand dieses umfangreichen Informationspaketes gezielter Fragen stellen oder Antworten finden. Umfassendes Wissen beruhigt alle Beteiligten, schafft Vertrauen und Zuversicht in die eigenen Ressourcen und Fähigkeiten und lässt mutig die Herausforderungen angehen, die zu bewältigen sind. Im Anhang des Buches finden Sie eine Link- und Adressenliste für wichtige Kontakte im deutschsprachigen Raum.

Wie Übergewicht entsteht ... und wie man es wieder los wird

Riva Verlag
Für jeden dritten Krebstoten sind Ernährungsfaktoren verantwortlich. Die Aufklärung scheitert, weil die Meinungen über den Nutzen von Pflanzen-Inhaltsstoffen selbst bei Experten auseinander gehen. In der Diskussion wird die Rolle des Rotweins verschleiert, da zwischen Rotwein und Alkohol nicht differenziert wird. Indem der Autor die Grundlagen der Krebsentstehung aufzeigt, gelingt es ihm auf eindrucksvolle Weise darzulegen, wie dieser Prozess mit den

Inhaltsstoffen des richtigen Rotweins aufgehalten und bekämpft werden kann. Nicht nur beim Rotwein muss umgedacht werden. Zucker wird als größter Krebsauslöser entlarvt und der Segen von Radikalen bei der Krebsbekämpfung erkannt.

Die Befreiung von Krebs, Alzheimer, Parkinson und Co. BoD – Books on Demand

LOGI-Fans wissen es: Fett gehört zu einer gesunden Ernährung unbedingt dazu! Bei LOGI wird eben nicht am Fett gespart, sondern an den Kohlenhydraten! Denn Fett sorgt nicht nur für guten Geschmack, es hilft auch, gesund, schlank und leistungsfähig zu bleiben. Doch wie viel Fett ist gesund? Welche Fettbausteine braucht unser Hirn, welche die Muskeln oder das Immunsystem? Wie sieht eine gesunde, fettbetonte Mahlzeit aus? Die Antwort auf diese und viele weitere Fragen liefert Ihnen dieses Buch. Sie erfahren in welchen Lebensmitteln Sie gesunde Fette finden, wie sich Omega-3- und Omega-6-Fette unterscheiden und wie Sie schlechte Transfette vermeiden. Machen Sie Schluss mit fettarmer, fader Kost! Der Fett-Guide ist nicht nur für LOGI-Anhänger, sondern für alle, die sich gesund ernähren möchten, ein praktischer Ratgeber für jeden Tag.

Your Life in Your Hands Franzius Verlag
Richtig essen gegen Krebs. Mit wenig Kohlenhydraten und vielen guten Fetten und Eiweißen. Das Standardwerk zur ketogenen Ernährung bei Krebserkrankungen. Mit der Diagnose »Krebs« konfrontiert, suchen viele Menschen nach Möglichkeiten, wie sie selbst aktiv dazu beitragen können, den Verlauf ihrer Krankheit positiv zu beeinflussen. Eine der ersten Fragen ist hier meistens: »Kann ich an meiner Ernährung etwas verbessern?« Und

tatsächlich setzt sich eine grundlegende Erkenntnis im klinischen Alltag durch: Krebspatienten profitieren sichtlich von einer fettreichen, kohlenhydratreduzierten Ernährung, denn Tumoren betreiben einen besonderen Stoffwechsel mit einem hohen Zuckerverbrauch. Der Körper des Patienten verwertet Kohlenhydrate dagegen schlechter – er entwickelt sogar eine Insulinresistenz. Die gesunden Körperzellen brauchen nun Fett, um sich ausreichend zu ernähren. Fett, das mit einer angepassten Ernährung zur Verfügung gestellt wird. Die Autoren gehen in diesem umfassenden Ratgeber der entscheidenden Frage nach, inwieweit eine weitere Reduktion der Kohlenhydrate in der Nahrung dem Patienten einen zusätzlichen Nutzen bringen kann. Sie vermitteln das wissenschaftliche Fundament der ketogenen Ernährung bei Krebs und stellen die Umsetzung dieser Ernährungsform in der Praxis dar.

Kokosöl (nicht nur) fürs Hirn! ZS - ein Verlag der Edel Verlagsgruppe
Based on more than 40 years of clinical research, this illuminating book unravels the mysteries of nutrition and shows how a low-carbohydrate/high protein diet can help prevent cancer, diabetes, heart disease, and obesity, as well as increase strength, endurance, and muscle mass.

Entpuppt EDITORIAL SIRIO S.A.
Jeder kennt die Ratgeber, die versprechen, dass man gesund wird, wenn man nur fest daran glaubt, energetisch angereichertes Wasser trinkt, esoterische Rituale durchführt u. v. m. So recht überzeugen kann das meist nur Anhänger der jeweiligen Philosophie, wohingegen die meisten Menschen beim Gedanken an die esoterischen Wunderheilungen die Nase rümpfen. Unbestritten und nun auch erstmalig wissenschaftlich belegt ist aber

die Tatsache, dass der menschliche Organismus tatsächlich ein großes Potenzial in sich trägt, sich selbst gesund zu erhalten oder gar zur Heilung beizutragen – und all dies ohne Hilfe von Medikamenten. Alexandra Reinwarth und die Medizinerin Jael Backe haben nun erstmalig die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse und deren Alltagsbezug zu diesem Thema zusammengetragen und erläutern Phänomene wie: -- Warum ist man krank ohne Befund? -- Warum gibt es einen Placebo-Effekt, bzw. auch das Gegenteil, den Nocebo-Effekt? -- Wie kann sich der Körper mit Hilfe von Enzymen, Proteinen, dem Immunsystem etc. selbst heilen? -- Inwiefern kann die Psyche im Körper Schaden anrichten oder das Gegenteil bewirken? -- Wie wichtig sind Ernährung und Spiritualität für Heilung? Die Autoren haben einen fundierten Ratgeber auf dem neuesten Stand der wissenschaftlichen Forschung geschrieben, dessen Lektüre die Beziehung zu unserem eigenen Körper in neuem Licht erscheinen lassen wird.
Krebs: Gemeinsam sind wir stark Riva Verlag

The simple, science-based, "Paleo perfected" (Vogue) diet that promotes effortless weight loss and peak health—written by two Harvard scientists. In Perfect Health Diet, Paul and Shou-Ching Jaminet explain in straightforward terms how anyone can regain health and lose weight by optimizing nutrition, detoxifying the diet, and supporting healthy immune function. They show how toxic, nutrient-poor diets sabotage health, and how on a healthy diet, diseases often spontaneously resolve. Perfect Health Diet makes weight loss effortless with a clear, balanced, and scientifically proven plan to change the way you eat—and feel—forever!