

SPIS TREŚCI:

Rezensionen	11
Wort des Autors	17
Danksagungen, bitte lest das	21
Einleitung	25
Was die Medizin ist und was sie sein sollte	30
Wir behandeln die Symptome, aber was ist mit der Ursache?	50
Behandlung oder die Schaffung noch größerer Probleme?	59
Ist die Pharmaindustrie die Ursache des Übels?	64
Sagt Publine (Medline) die Wahrheit?	73
Das Immunsystem	77
Vitamin C – was die Medizin darüber nicht weiß	83
Wie viel Vitamin C brauchen wir wirklich?	85
Zwei Ausscheidungsphasen von Vitamin C aus unserem Körper	86
Wie lange „lebt“ Vitamin C in unserem Körper?	87
Die Vitamin C-Toleranz des Verdauungstrakts	93
Vitamin C beseitigt Schwermetalle	94
Die Toxizität von Vitamin C – ein widerlegter Mythos	95
Vitamin C und die Entstehung von Nierensteinen	100
Andere Nebenwirkungen	102
Die Pharmakokinetik von Vitamin C (nur für Wissbegierige)	108
Intravenös? Aberwie?	112
Vitamin C und Krebs	130
Vitamin C und Chemotherapie	139
Die Gegner	151
Vitamin D – Fakten und Mythen	157
Vitamin D – die Vorbeugung von chronischen Krankheiten und Krebs	161
Die Toxizität von Vitamin D – widerlegte Mythen.	167
Arten von Vitamin D	174
Die Sonne ist die beste Vitamin D-Quelle, aber wie die Sonne sicher nutzen?	176
Osteoporose und... das unbekannte Vitamin K2	191
Vitamin K2-MK4 und K2-MK7	233
VitaminK2-MK4	234
VitaminK2-MK7	235
Vitamin A – was wir darüber nicht wissen	257
Die Untersuchung des Vitamin K2-Spiegels	264
Vitamin E – wie wir es nicht kennen	273
Vitamin E – Cholesterin und Krebs	281
Mineralien – ihre Bedeutung für die Gesundheit des Menschen	293
Jod und Schilddrüsenkrankheiten – eine Bloßstellung der modernen Medizin	297
Jod – die sichere und die gefährliche Form	299
Jod – die Behandlung „unheilbarer“ Schilddrüsenkrankheiten	304
„Der Wolff-Chaikoff-Effekt“ – ein Betrug, vor dem sich die Medizin bis heute verneigt	319
Therapien von Schilddrüsenkrankheiten – ein Schritt zurück in der modernen Medizin	324
Der Einfluss von Jod auf den Hormonhaushalt und was noch?	331
Fette – eine einfache Angelegenheit, die... wenig bekannt ist	339
Mythen von essentiellen ungesättigten Fettsäuren – WIDERLEGT	346

Was sind ursprüngliche essentielle ungesättigte Fettsäuren und deren Ableitungen? 349
Die unbekannte Rolle der ursprünglichen Omega 3 und Omega 6-Fette – welche sind besser?
360
Zusammenfassung 362
Schlusswort 365
Für die Zukunft 373