

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? Aber wie? 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

Vitamin K2-MK4 234

Vitamin K2-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 Schilddrüsenerkrankungen – eine Bloßstellung der modernen Medizin 297

Jod – die sichere und die gefährliche Form 299

Jod – die Behandlung „unheilbarer“ Schilddrüsenerkrankungen 304

„Der Wolff-Chaikoff-Effekt“ – ein Betrug, vor dem sich die Medizin bis heute verneigt 319

Therapien von Schilddrüsenerkrankungen – 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