

H A N S      H Ö T I N G

# Lebenssaft Urin

## Die heilende Kraft

GOLDMANN VERUG

# Inhalt

Eigenharntherapie - Hexenküche oder ganzheitliche Medizin? . . . . .	9
Zur Geschichte der Eigenharntherapie. . . . .	15
Wie es zu diesem Buch kam. . . . .	30
Niere und Blase - Quelle des Urins. . . . .	45
Grundsätzliches zur Eigenharntherapie. . . . .	54
Anwendungsarten. . . . .	76
Injektion. . . . .	76
Einreibung. . . . .	80
Umschläge/Kompressen. . . . .	84
Gurgeln und Mundspülung. . . . .	87
Klistiere. . . . .	88
Spülung. . . . .	94
Urintrinken. . . . .	96
Einreibungen in Kombination mit Trockenbürsten . . .	99
Inhalation. . . . .	100
Homöopathische Aufbereitung. . . . .	101
Ohrentropfen. . . . .	104
Nasentropfen. . . . .	105
Augentropfen. . . . .	105
Salbe-Urin-Kombination. . . . .	106

Haarpflege. . . . .	.107
Verbände. . . . .	.109
Betupfen. . . . .	.110
Instillation. . . . .	.110
Vollbad. . . . .	.111
Ganzpackung. . . . .	.112
Tips und Kniffe. . . . .	.115
Medikamente - unser täglich Brot?. . . . .	.116
Trinken ist wichtig. . . . .	.121
Ernährung. . . . .	.124
Zusatztherapien. . . . .	.131
Der Säure-Basen-Haushalt des Körpers. . . . .	.134
Rauchen. . . . .	.136
Alkohol und andere Drogen. . . . .	.137
Elektrosmog und Erdstrahlen. . . . .	.138
Umwelt und Entgiftung. . . . .	.139
Frühjahrsputz für den Körper. . . . .	.140
Mögliche Körperreaktionen auf die Eigenharntherapie. . . . .	.141
Krankheiten, die sich mit Eigenurin erfolgreich therapieren lassen. . . . .	.144
Hals, Nase, Ohren, Atemwege. . . . .	.145
Magen, Darm, Leber, Galle, Bauchspeicheldrüse. . . . .	.148
Diverse Krankheitszustände. . . . .	.151
Knochensystem und Gelenke. . . . .	.155
Herz-Kreislauf-System, Gefäße. . . . .	.157
Haut, Haare, Nägel. . . . .	.158

Augen. . . . .	.165
Allergien. . . . .	.165
Niere, Blase. . . . .	.165
Gynäkologische Erkrankungen. . . . .	.167
Urinfasten . . . . .	.168
Eine Alternative zum Urinfasten - die Fastendiät . . .	189
Der diagnostische Blick - Harnschau. . . . .	.194
Stimmen aus meiner Urin-Praxis. . . . .	208
Verzeichnis der empfohlenen Medikamente und Zusatzstoffe. . . . .	217
Literatur. . . . .	219
Register. . . . .	220