

y .Ar 'ij^

Ulrich Rückert  
**DOKTOR  
NATUR**

Das Lexikon der sanften Medizin



Ariston Verlag • Genf

# Inhalt

Darum Naturheilkunde! . . . . .	11
---------------------------------	----

## *Das Abc der sanften Medizin:*

Abwehrsteigerung . . . . .	17
Aderlässe . . . . .	19
Akupressur . . . . .	22
Akupunktur . . . . .	23
Allopathie . . . . .	28
Aphrodisiaka . . . . .	29
Augen . . . . .	32
Autogenes Training . . . . .	33
Bäder . . . . .	36
Barfußgehen . . . . .	40
Baunscheidt . . . . .	41
Bewegung . . . . .	43
Biochemische Salze . . . . .	47
Biomassagen . . . . .	59
Biorhythmik . . . . .	60
Birchermüsli . . . . .	63
Blutegel . . . . .	64
Blutreinigungstee . . . . .	65
Brennesseln . . . . .	66
Chelattherapie . . . . .	69
Chirotherapie . . . . .	72
Dampfbäder . . . . .	75
Diät . . . . .	76
Duftstoffe . . . . .	77
Eigenblutbehandlungen . . . . .	78
Eiweiß . . . . .	80
Erdstrahlen . . . . .	83
Ernährung . . . . .	85
Essigstrümpfe . . . . .	100
Fango . . . . .	101

## Doktor Natur

Fasten	.103
Fieber	.105
Fingernägel	.108
Frühjahrmüdigkeit	.110
Fußzonenreflexe	.112
Galenos von Pergamon	.115
Genußgifte	.116
Gesundbeter	.118
Ginseng	.122
Gurgeln	.123
Haardiagnostik	.124
Haysche Trennkost	.125
Hefe	.128
Heilerde	.129
Heilpraktiker	.129
Herdsanierung	.133
Heublumen	.134
Hippokrates	.136
Homöopathie	.139
Honig	.145
Hypnose	.148
Infrarotlicht	.149
Inhalationen	.150
Irisdiagnose	.150
Jahn	.152
Japanisches Heilpflanzenöl	.153
Jod	.153
Joghurt	.155
Kältetherapie	.157
Kamille	.160
Kartoffeln	.161
Klimareize	.162
Klistiere	.167
Kneipp	.167
Knoblauch	.173
Kohlaufgaben	.17(
Kompressen	.17(
Kräuterpfarrer	.17'
Krebsabwehr (biologische)	.17!

Kuhnsche Fischkur . . . . .	180
Kupferarmbänder . . . . .	183
Laserstrahlen . . . . .	185
Leinsamen . . . . .	186
Lendenwickel . . . . .	186
Lindenblütentee . . . . .	188
Luft . . . . .	189
Lymphdrainage . . . . .	191
Magnetismus . . . . .	193
Mariendistel . . . . .	198
Massagen . . . . .	199
Mayrkuren . . . . .	201
Meerwasser . . . . .	203
Milch . . . . .	204
Mineralstoffe . . . . .	206
Molkekuren . . . . .	208
Mondlicht . . . . .	209
Moor . . . . .	211
Moxabehandlungen . . . . .	215
Nasale Reflextherapie . . . . .	217
Naturkosmetik . . . . .	220
Neuraltherapie . . . . .	223
Nierentee . . . . .	226
Nosoden . . . . .	227
Nüsse . . . . .	227
Obstessig . . . . .	228
Öle . . . . .	228
Ohrakupunktur . . . . .	229
Ozon . . . . .	231
Paracelsus . . . . .	233
Pflanzenheilkunde . . . . .	234
Prießnitz . . . . .	236
Procain . . . . .	237
Propolis . . . . .	237
Pulsdiagnosen . . . . .	238
Quacksalber . . . . .	239
Quaddeln . . . . .	239
Quarkmasken . . . . .	239
Reformkost . . . . .	241

## Doktor Natur

Reizstrom . . . . .	243
Rettichkuren . . . . .	244
Rikli . . . . .	246
Ringelblumensalbe . . . . .	246
Rote Beete . . . . .	246
Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie . . . . .	248
Sauna . . . . .	250
Schlaf . . . . .	250
Schrebergärten . . . . .	255
Schröpfen . . . . .	257
Schrothkuren . . . . .	259
Sellerie . . . . .	260
Senfplaster . . . . .	260
Solebäder . . . . .	261
Sonne . . . . .	262
Symbioselenkung . . . . .	264
Tanztherapie . . . . .	265
Tautreten . . . . .	267
Thymus . . . . .	267
Traubenkuren . . . . .	268
Trockenbürsten . . . . .	270
Überdruck . . . . .	272
Überwärmung . . . . .	274
Umweltgift . . . . .	277
Unterwassermassagen . . . . .	280
Urlaub . . . . .	281
Vegetarier . . . . .	284
Verstopfung . . . . .	284
Vitamine . . . . .	286
Wacholderbeeren . . . . .	292
Wasserheilkunde . . . . .	293
Wetterumschwung . . . . .	295
Xenologie . . . . .	297
Xerophthalmie . . . . .	299
Ya-Ya . . . . .	299
YangundYin . . . . .	299
Yoga . . . . .	300
Ysop . . . . .	302
Zelltherapie . . . . .	302

---

Zilgrei . . . . .	305
Zink . . . . .	308
Zinnkraut . . . . .	311
Zwiebeln . . . . .	311
Literaturhinweise . . . . .	313
Register nach Beschwerdebildern . . . . .	317