

Bente Wassenaar
Natürlich Heilen mit sanfter Chiropraktik



GABY-Verlag

Inhalt

Vorwort	8
Einleitung	9
I. Ganzheitlich Heilen	14
Die Anamnese	14
Was macht einen Menschen krank?	15
Die Untersuchung	16
Wirbelsäulenprobleme	17
Untersuchungsmöglichkeiten bei Wirbelsäulenproblemen	20
Auf die richtige Kombination der Therapien kommt es an	20
II. Die Wirbelsäule - mehr als eine Körper stütze	23
Die Wirbelsäule als Krankheitsauslöser	26
Wirbelverschiebungen	27
Halswirbel	27
Brustwirbel	28
Lendenwirbel	29
III. Möglichkeiten der sanften Chiropraktik	30
Was ist Chiropraktik?	30
Statischer Ausgleich der Wirbelsäule	43
Die Chirobank und ihre Möglichkeiten	47
Der Spinalyser analysiert die Wirbelsäulenstellung	51
Chiro-Scannen — eine effektive Methode der Diagnostik	53
Intergrator justiert Gelenke	56
Mit den Händen die Schmerzstelle ertasten	60

IV. Falltjeispiele der sanften Chiropraktik	64
Arthrose	65
Bandscheibenprobleme	68
Morbus Bechterew	75
Hüftleiden	78
Kieferfehlstellung — oft Auslöser für Tinnitus	80
Migräne	82
Rückenleiden - das Kreuz mit dem Kreuz	89
Schlaflosigkeit	94
Schulter-Arm-Syndrom	94
Spannungskopfschmerz	97
V. Die Wärmetherapie — Hyperthermie	
Hilfreich bei sehr vielen Beschwerden	99
Lokale Hyperthermie	101
Die Anwendung	101
Technische Ausführung	103
Die biologische Wirkung	105
Anwendungsgebiete	105
Fallbeispiele der Hyperthermie:	108
-Arthrose in den Knien	108
-Chronisch-obstruktive Bronchitis	111
-Akne	112
-Narbengewebe	113
-Ekzeme	114
-Neurodermitis	115
-Psoriasis	116
-Karpaltunnelsyndrom	117
-Osteoporose	118

-Rippenfellentzündung (Pleuritis)	121
-Venenthrombose	122
VI. Die Kochsalztherapie	124
Historisches	124
Was geschieht bei der Kochsalztherapie?	125
Energie durch Kochsalz	126
Kochsalztherapie und sanfte Chiropraktik bei Bandscheibenschäden und Bandscheibenvorfall (Bandscheibenprolaps)	127
VII. So halten Sie Ihre Wirbelsäule fit	129
Ratschläge für Ihre Wirbelsäule	129
Ihr Vorbeuge- und Selbsthilfeprogramm	132
VIII. Biografisches	138
IX. Sachregister	140
X. Stichwortregister	150
XI. Literaturverzeichnis	154
XII. Weitere Informationen	155