

*Dr. Bodo Kuklinski · Dr. Anja Schemionek*

Ursachen, Auswirkungen und erfolgreiche Therapie  
**Schwachstelle Genick**

*Das unterschätzte Krankheitsrisiko:* Wie große und kleine Unfälle  
in Beruf und Freizeit Ihre Halswirbelsäule zum unaufhaltsamen  
Krankheitsgenerator machen



AURUM

<i>Ein kurzes Wort zu Beginn ...</i>	s. 9
<i>Ein Beispiel</i>	s. 10
<b>Kapitel 1</b>	
<i>Der Hals – das empfindliche Nadelöhr des Körpers</i>	s. 14
<b>Kapitel 2</b>	
<i>Was passiert, wenn es den Nacken erwischt?</i>	s. 22
<b>Kapitel 2.1</b>	
<i>Was kann ich selbst sofort und später tun?</i>	s. 24
<b>Kapitel 2.2</b>	
<i>Was tut der Schulmediziner im akuten Fall?</i>	s. 26
<b>Kapitel 3</b>	
<i>Nun ist der Nacken »angeknackst«</i>	s. 28
<b>Kapitel 3.1</b>	
<i>Die reizbaren Hirnnerven und die wichtigen Blutgefäße</i>	s. 30
<b>Kapitel 3.2</b>	
<i>Unsympathischer Sympathicus</i>	s. 35
<b>Kapitel 3.3</b>	
<i>Ein Grundübel: Stickstoffmonoxid</i>	s. 40
<b>Kapitel 3.4</b>	
<i>Unsere Energiekraftwerke streiken: Die Mitochondropathie</i>	s. 45
<b>Kapitel 3.5</b>	
<i>Es hört nicht mehr auf: Die nächsten Generationen sind schlimm dran</i>	s. 50
<b>Kapitel 4</b>	
<i>Viele Krankheiten, eine Ursache: Der instabile Nacken</i>	s. 56

<b>Kapitel 5</b>	
<i>Die Krankheiten in ihre Schranken weisen</i>	s. 64
<i>Die drei starken Säulen der mitochondrialen Therapie und ihre Erfolge</i>	
<b>Kapitel 5.1</b>	
<i>Die erste starke Säule: Den Nacken Tag und Nacht stützen</i>	s. 66
<b>Kapitel 5.2</b>	
<i>Die zweite starke Säule: Dem NO ein Schnippchen schlagen mit Mikronährstoffen</i>	s. 71
<i>Schritt 1 der Mikronährstofftherapie: Vitamin B<sub>12</sub></i>	s. 73
<i>Schritt 2 der Mikronährstofftherapie: Mineralien und Spurenelemente</i>	s. 76
<i>Schritt 3 der Mikronährstofftherapie: Vitamine</i>	s. 79
<i>Schritt 4 der Mikronährstofftherapie: Gesundes Fett</i>	s. 83
<i>Schritt 5 der Mikronährstofftherapie: Coenzym Q<sub>10</sub></i>	s. 84
<i>Und die Ernährung?</i>	s. 86
<b>Kapitel 5.3</b>	
<i>Die dritte starke Säule: Vorbeugen ist besser als therapieren</i>	s. 89
<b>Kapitel 5.4</b>	
<i>Therapieerfolge und Therapiegrenzen</i>	s. 91
<b>Anhang</b>	
<i>Weiterführende Literatur</i>	s. 96
<i>Adressen</i>	s. 97
<i>Links</i>	s. 98
<i>Glossar</i>	s. 98
<i>Sachregister</i>	s. 107