

# Inhaltsverzeichnis

I. Beschwerdefrei durch die Wechseljahre	11
1. Grundlagen	13
2. Aktiv durch die Wechseljahre	15
3. Die richtige Ernährung – Vermeidung bzw. Abbau von Eiweißüberschüssen	17
4. Giftausleitung durch Aschner-Aus- und Ableitungsverfahren	25
5. Homöopathische Typenmittelsuche	37
6. Die Miasmenlehre und ihre Gesetzmäßigkeiten	43
7. Weitere naturheilkundliche Therapien	55
8. Die Bachblütentherapie	57
9. Operationen (Entfernung der Gebärmutter bzw. der Eierstöcke) – die allerletzte Waffe	63
II. Frauenbeschwerden und Brustkrebs homöopathisch verhüten und heilen	71
10. Das prämenstruelle Syndrom – PMS	73
11. Vaginalmykose	75
12. Blasenschwäche – oder die Inkontinenz	79
13. Die Reizblase	81

<b>14. Die chronische Blasenentzündung</b>	<b>83</b>
<b>15. Schlafstörungen – worüber Frauen vor der Periode, in den Wechseljahren und in der Menopause klagen</b>	<b>97</b>
<b>16. Wochenbettdepression</b>	<b>103</b>
<b>17. Aus der Praxis für die Praxis – Fragen und Antworten</b>	<b>107</b>
<b>18. Brustkrebs bei der Frau</b>	<b>119</b>
<b>19. Anhang</b>	<b>143</b>