

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	13
1 Hypertonie (Bluthochdruck) vorbeugen – Tipps und Ratschläge	15
Fasten	15
Das Säure-Base-Gleichgewicht	17
Milieusanierung durch Ernährungsumstellung	19
Die vitalstoffreiche Vollwertkost nach Bruker	19
Empfehlenswerte Rezepte	20
Eiweißproblem	22
Ernährungsumstellung in der Praxis	24
Kleines Ölbrevier	24
Essener-Brot	25
Rezepte – Praxisnah, vegan, schnell, preiswert, wohlschmeckend	27
Vitaminverlust beim Kochprozess nach F. Wilz	28
Basische (bzw. basenüberschüssige) Lebensmittel	28
Biologische Arzneien	29
Was Sie sonst noch wissen sollten	29
Bewegung an frischer Luft	30
Schlaf	31
Vom Symptom zur Krankheit durch Unterdrückungen	35
Wissenswertes über das Fieber	37
Homöopathische Behandlung bei Fieber	39
Fiebersenkende Anwendungen	39
Natürliche Schmerzbekämpfung ohne Nebenwirkung	40
2 Hypotonie – Niedriger Blutdruck	45
Kneipp'sche Anwendungen	45
Die Eigenblutbehandlung bei niedrigem Blutdruck	46

Einzelmittelhomöopathie	47
3 Mobilisieren der Selbstheilungskräfte	49
Die Wassertherapie nach Pfarrer Sebastian Kneipp	49
Hypnose	52
Sanum-Therapie	53
Neuraltherapie nach Huneke	54
Die australischen Busch-Blüten	55
Behandlung mit ätherischen Ölen	58
Die Bach-Blüten-Therapie	60
Eigenblut und Vitamin C – zur Verhütung von Gefäß- und Kreislaufkrankungen als Folge von Bluthochdruck	64
Eigenurintherapie	65
Ausleitung von Giftstoffen durch Aschner-Verfahren	66
Ausleitung – Purgation	66
Der Aderlass	67
Schröpfen	69
Die Blutegeltherapie	69
Die Horvi Enzym-Therapie	72
Ozon – Prophylaxe von Gefäßerkrankungen in Folge von Bluthochdruck	74
Durchführung der „Großen Eigenblutbehandlung“ nach Wolff	75
Wirkungsmechanismus	75
Die Hämatogene Oxidationstherapie (HOT)	76
Heileurythmie nach Rudolf Steiner und Reflexzonenmassage	76
Behandlung mit homöopathischen Einzelmitteln und Nos- oden	78
Nosoden	83
4 Hypertonie behandeln: Aus der Praxis für die Praxis	85
Ernährung einschließlich der Genussgifte	85
Brot selbst backen	86
Bluthochdruck-Diät?	86
Wassertreten und Blasenentzündung	87
Stressauflösung – Hilfe bei erhöhtem Blutdruck	87
Waldmedizin lässt die Blutdruckwerte purzeln	88
Nervosität in den Wechseljahren – Blutdruckerhöhung	89

Kneipp'sche Anwendungen bei Bluthochdruck	90
Leicht erhöhte Blutdruckwerte – bedingt durch zu viel Elektrosmog	91
Kopfschmerzen bei schwankenden Blutdruckwerten	92
Kreislaufbedingter Schwindel, schwankende Blutdruckwerte	93
Hypertonie	94
Tipps, dem Bluthochdruck vorzubeugen	94
Hypertensive Krise – 250/100 mmHg	95
Selbstheilungskräfte mobilisieren	96
Bluthochdruck im Alter I	97
Bluthochdruck und L-Arginin	98
Zigarette rauchen	99
Bluthochdruck im Alter II	100
Bluthochdruck und Neuraltherapie	101
Hypnose und Bluthochdruck	102
Thrombozythämie	102
Bluthochdruck – sanum Therapie und Horvi-Enzym Therapie	104
Blutdruckkrisen als Ursache von Schlafstörungen	105
Kopfschmerzen bei Bluthochdruck	106
Alkohol moderat genießen	107
Rauchen ist ein starkes Gefäßgift	107
Kräuter statt Salz	108
Lakritze als Blutdruckbeschleuniger	108
Bluthochdruck durch Einsatz der Selbstheilungskräfte heilen	109
Hilfe aus der Homöopathie	109
Hypertensive Krise	111
Bluthochdruck und Nervosität	112
Eigenblut und Blutdruck	113
Schwindelattacken bei stark schwankenden Blutdruckwerten	113
Psychische Symptome, welche den Blutdruck ansteigen lassen	114
Zustand nach Schock	115
Angst vor einer Operation	116
Prüfungsangst	116
Flugangst	116
Zahnarztbesuch – erhöhte Blutdruckwerte	117
Zwangsneurosen – pedantischer Ordnungszwang	117
Bluthochdruck durch Selbstüberforderung und daraus resultierenden Stress	118

Blutdruckerhöhung als Folge von starker nervlicher Belastung	119
Bluthochdruck durch beständige Schlafstörungen	120
Gefäßschäden am Auge	122
Netzhautblutungen	123
Augenvenenthrombose	124
Sklerose der Augengefäße	125
Fundus hypertonicus	126
Schlaganfallprophylaxe I	129
Arteriosklerose – betrifft sämtliche Familienmitglieder über 55 Jahren	131
Extrasystolen	132
Koronare Herzkrankheit, Koronarsklerose	132
Claudicatio intermittens	134
Myokarditis mit Blutdruckerhöhung	135
Schlaganfall – Nachbehandlung	136
Gefäßablagerungen bei Hypertonie	137
Schlaganfallprophylaxe II	138
Herzinsuffizienz bedingt durch langjährige Blutdruckerhö- hung	138
Koronarsklerose bei Bluthochdruck	140
Vorsorge zur Vermeidung von Folgeschäden an der Niere .	141
Niereninsuffizienz	142
Nephrosklerose	143

5 Hypotoner Symptomenkomplex: Aus der Praxis für die Praxis	145
Hypotonie akut	145
Hypotonie chronisch	146
Kreislaufbedingter Schwindel	147
Sehschwäche, bedingt durch Hypotonie	148
Schlafstörungen und niedrige Blutdruckwerte	149
Müdigkeit tagsüber	150
Müde Augen	150
Ohnmacht und Bewusstlosigkeit als Folge von niedrigem Blutdruck und zusätzlicher Sonneneinwirkung	151
Extrasystolen, Herzstolpern bei niedrigem Blutdruck	151
Schweißausbrüche, lang anhaltend, bei Tag und Nacht – Folge von extrem niedrigem Blutdruck	152

Kopfschmerzen bei niedrigem Blutdruck	153
Gedächtnisstörungen bedingt durch Hypotonie	154
Konzentrationsstörungen bedingt durch niedrigen Blutdruck	155
Hilfe mit der Horvi-Enzym-Therapie bei Hypotonie	156
Hilfe von Wasserdoktor Pfarrer Sebastian Kneipp	156
Herzklopfen	157
Eigenblut bei niedrigem Blutdruck	157
Hilft das kalte Wasser besser als ein Medikament?	158
Salzkonsum bei Hypotonie	158
Vorbeugung von Ohnmacht und Kollapszustände, ausge- löst durch extrem niedrige Blutdruckwerte	159
Wechsel von hohem und niedrigem Blutdruck	159
Stark erniedrigte Blutdruckwerte seit einer Virusgrippe . .	160
Impfreaktion nach Herpes zoster Impfung	161
Extrem niedrige Blutdruckwerte nach Unterdrückungen .	161
Homöopathie statt chemischen Arzneien	162
Wassertreten bei niedrigem Blutdruck trotz Blasenentzündung	164
Kalte Füße bedingt durch niedrigen Blutdruck	164
Naturheilmittel oder homöopathische Arzneien?	165
Neuraltherapie und niedriger Blutdruck	166
Bach-Blüten-Essenzen und niedriger Blutdruck	166
Trockenbürsten, Wechselduschen und Sport an der frischen Luft	167
Ich möchte jetzt mit Sport beginnen	168
Selbstheilungskräfte mobilisieren – statt Symptome zu un- terdrücken	168
Impffolgen	169
Mit niedrigem Blutdruck leben	170
Sauna und niedriger Blutdruck	170
Trinkmenge und niedriger Blutdruck	171
Aromatherapie und niedriger Blutdruck	171
Herdgeschehen – Wurzelentzündung und tote Zähne . . .	172
Weitere Herdgeschehen und niedrige Blutdruckwerte . . .	172
Hilfe bei niedrigem Blutdruck mit Bach-Blüten bei negati- ven Gemütsstimmungen	173
Wechselnde Blutdruckwerte, mal hoch, mal tief	173
Angst vor Kreislaufschwäche, wenn ich jetzt mit Sport beginne	174
Liste der blutdrucksteigernden Arzneien	175

6 Anhang	177
Entsäuerungsbad	177
Ansteigendes Fußbad	177
Wassertreten – Kneippen	177
Kneipp'sches Augenbad	178
Ganzkörperwaschung	178
Knie- und Schenkelguss	179
Das kalte Armbad	179
Wadenwickel bei Schlafstörungen	179
Kernseifen-Suppositorium	179
Einlauf	180
Dreier-Spritze nach Karl-Heinz Friese	180
Vitamin C zur Immunmodulation	180
Rezepte	181
Liste der Bach-Blüten und ihre Bezifferung	182
Anschriften und Bezugsquellen	184
Quellen	185
Werdegang	186