

Einleitung 8

Vorwort zur 3. Auflage 9

Augenerkrankungen und Naturheilkunde 11

Aufbau des menschlichen Auges 12

Die Netzhaut 13

Die Makula 14

Makuladegeneration 16

Trockene Form der Makuladegeneration 16

Feuchte Form der Makuladegeneration 17

Symptome der Makuladegeneration 19

Ursachen aus naturheilkundlicher Sicht 22

Bildung von Drusen 22

Ursachen für die Entstehung von Drusen 24

Naturheilkundlicher Exkurs 26

Ablagerung von Stoffwechselprodukten 28

Die Makuladegeneration als Stoffwechselstörung 29

Grundsätzliches zur Vermeidung und Heilung einer MD 29

Naturheilkundlicher Exkurs 30

Der Säuren-Basen-Haushalt des Körpers 30

Was ist eine saure Lebensweise? 30

Wie sieht eine basische Lebensweise aus? 32

Was leistet die Naturheilkunde bei MD 32

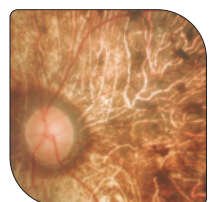
Fallbeispiele 34

Diabetische Retinopathie 38

Was ist eine Diabetische Retinopathie? 38

Symptome bei Diabetischer Retinopathie 40

Die Ursachen aus naturheilkundlicher Sicht 40



Naturheilkundlicher Exkurs	42
Was leistet die Naturheilkunde bei DR?	44
Fallbeispiel	45
Ganzheitliche Therapieverfahren	46
Augenakupunktur	46
Zusätzliche Maßnahmen	48
Der Faktor Psyche	49
Fallbeispiel	50
Atemtherapie	51
Die taoistische Bauchatmung	52
Vorteilhafte Auswirkungen der Bauchatmung	54
Anleitung zur taoistischen Bauchatmung	54
Regelmäßige Praxis	55
Farbtherapie	56
Farbtherapie nach Dr. Möller	57
Farbtherapie in der naturheilkundlichen Behandlung	57
Ernährung	59
Regeln für eine gesunde Ernährung	60
Vorteile der Ernährungsumstellung	63
Biochemie nach Dr. Schüßler	64
Was sind Schüßler-Salze?	64
Die Wirkweise von Schüßler-Salzen	65
Schüßler-Salze in der Augenbehandlung	67
Schüßler-Index für Makuladegeneration	67
Schüßler-Index für Diabetische Retionopathie	68
Homöopathie	69
Klassische Homöopathie	69
Komplexhomöopathie	70
Gemmotherapie	72
Schwarze Johannisbeere (Ribes nigrum)	74
Heidelbeere (Vaccinium myrtillus)	74
Stechpalme (Ilex aquifolium)	74
Schwarze Johannisbeere (Ribes nigrum)	74
Lärche (Larix decidua)	79
Rosmarien (Rosmanrinus officinalis)	80



Weitere Nebenpflanzen ab	81
Dosierung für Gemmomazerate	86

Selbsthilfemaßnahmen 88

Wichtige Hinweise	89
Ratschläge zur Ernährung	90
Hilfe aus der Kräuterküche	91
Neutralisierung von Säuren	91
Reinigung der Blutgefäße	91
Entlastung der Nieren	92
Schüßler-Salze	93
Gemmomazerate und Tinkturen	93
Atemtherapie	94
Richtiges Atmen im Alltag	94
Elektroakupunktur und Akupressur	95
Elektroakupunktur	95
Akupressur mithilfe einer Stricknadel	96
Licht-Therapie	98
Sanftes Augentraining	98
Übung 1: Augenrollen	98
Übung 2: Lockerung der Augenmuskeln	100
Weitere allgemeine Empfehlungen	101
Wichtige Hinweise	103

Index 104

Typische Anzeichen einer AMD	104
Amsler-Gitter-Test	105
Astigatismus-Test	106
Weitere Augenübungen	107
Stichwortverzeichnis	108
Literaturhinweise	111

