

Inhalt

Einleitung.....	11
Was ist an Blut so interessant?	13
Zur überarbeiteten Auflage	14
Die Grundlagen von »Labor ganzheitlich«	16
Die vier Grundbausteine von »Labor ganzheitlich«	16
Das kategoriale Ordnungssystem – der Lüscher-Würfel 17 • Der Zellstoffwechsel als einheitliches Bezugssystem 32 • Die Matrix – das Zelle-Milieu-System 33 • Interpretation der Laborwerte – die Ampeldiagnostik 35	
Blutbild	38
Bedeutung der Blutwerte	39
Erythrozyten – die roten Blutkörperchen 39	
Hämoglobin, der rote Blutfarbstoff 41 • Hämatokrit 42 • MCV – mittleres Zellvolumen der Erythrozyten 43 • MCH – mittlerer zellulärer Hämoglobingehalt 45 • MCHC – mittlere zelluläre Hämoglobinkonzentration 46 • Retikulozyten 46	
Leukozyten – die weißen Blutkörperchen 47	
Neutrophile Granulozyten 49 • Lymphozyten 50 • Eosinophile Granulozyten 52 • Basophile Granulozyten 52 • Monozyten 53	
Thrombozyten 55	
Biochemie – Elektrolyte	58
Die vier steuernden Elektrolyte im Zellstoffwechsel	59
Kalium – unterstützt das Selbstvertrauen 60 • Natrium – schenkt Zufriedenheit 62 • Calcium – steht für die eigene Freiheit 64 • Magnesium – das Supermineral für die Selbstachtung 68	
Beurteilung der Elektrolyte in Vollblut und Serum 70	
Säure-Basen-Gleichgewicht.....	73
Chlor – wichtig für den Säure-Basen-Haushalt 75 • Phosphat anorganisch – das Mineral der eigenen Freiheit 75	

Die essenziellen Spurenelemente Eisen und Kupfer77

Eisen – Ausdruck der Marskräfte, das männliche Prinzip **77** • Ferritin – Speichereisen **79** • Transferrin – das Eiweiß für den Eisentransport **80** • Serumeisen **80** • Hämoglobin – unser Bluteisen **80** • Lösliche Transferrinrezeptoren – LTR **81** • Eisen im Vollblut **81** • Kupfer – Ausdruck der Venuskräfte, das weibliche Prinzip **84**
Laborbeispiele zum Eisen- und Kupferstoffwechsel **87**

Weitere wichtige Spurenelemente88

Zink – der Partner vieler Enzyme **88** • Selen – der Radikalfänger **89** • Jod – ein lebenswichtiges Spurenelement **90**

Biochemie – Vitamine..... 101

Vitamin A – Retinol **102** • Vitamin B1 – Thiamin **103** • Vitamin B2 – Riboflavin oder Lactoflavin **104** • Vitamin B3 – Niacin **106** • Vitamin B5 – Pantothersäure **107** • Vitamin B6 – Pyridoxin **108** • Vitamin B7 – Biotin **109** • Vitamin B9 – Folsäure **110** • Vitamin B12 – Cobalamin **112** • Vitamin C – Ascorbinsäure **113** • Vitamin D (Calcidiol) und das D-Hormon (Calcitriol) **114** • Vitamin E – Tocopherol **123** • Vitamin K – Phyllochinon/Menachinon **124**

Organe 126

Leber und Galle – die Nachtarbeiter126

Verbindung zu anderen Organen **127** • Leber und Galle im Labor **128**
Bilirubin **128** • Gamma-GT (Gamma-Glutamyltranspeptidase) **131** • Transaminasen – GOT und GPT **131** • GLDH (Glutamatdehydrogenase) **133** • CHE (Cholinesterase) **133** • Alkalische Phosphatase **135**
Emotionale Bedeutung von Leber und Galle **137** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **138**

Die Niere – das Organ der Individualisierung141

Verbindung zu anderen Organen **145** • Die Niere im Labor **146**
Kreatinin **146** • Harnstoff **146** • Cystatin C **147** • Serumelektrolyte **147** • Kupfer **148**
Emotionale Bedeutung der Niere **148** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **149**

Die Milz – das Organ der Mitte152

Die Milz im Labor **152** • Emotionale Bedeutung der Milz **152** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **153**

Die Bauchspeicheldrüse – das Doppelorgan	154
Die Bauchspeicheldrüse im Labor 154	
Amylase 155 • Lipase 156 • Pankreas-Elastase 156	
Emotionale Bedeutung der Bauchspeicheldrüse 157 • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 158	
Das Herz – Pumpe oder Sinnesorgan?.....	159
Das Herz im Labor 160	
Creatin-Kinase – CK und CK-MB 161 • Hydroxybutyrat-Dehydrogenase (HBDH) 162 • Troponin 162 • Kalium 162	
Emotionale Bedeutung des Herzens 164 • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 165	
Der Darm – die Wurzel der Gesundheit.....	167
Darmbarrierestörungen – Leaky Gut 168 • Darmbarrierestörungen im Labor 169	
Zonulin 170 • I-FABP 170	
Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 176	
Stoffwechsel	177
Was ist der Stoffwechsel?	177
Synthese- und Energiestoffwechsel 178 • Stoffwechselstörungen, ihre Ursachen, Folgen und Symptome 180 • Auswirkungen der Ernährungsweise auf den Stoffwechsel 182 • Kohlenhydrate 183	
Triglyceride 188 • Cholesterin 189 • Oxidiertes LDL-Cholesterin 193 • Harnsäure 195 • HbA1c (Langzeitzuckerwert) 197 • LDH – Lactatdehydrogenase 197	
Eiweiß 206	
Gesamteiweiß 206 • Aminosäure Phenylalanin 208 • Aminosäure Tyrosin 209 • Aminosäure Tryptophan 210	
Fettsäuren 210	
Wenn Nahrungsmittel krank machen	222
Nahrungsmittelallergien – Epigenetik 223 • Nahrungsmittelunverträglichkeiten – Genetik 224 • Auswirkungen der Nahrungsmittel, die der Stoffwechsel nicht kennt 231	
Diaminoxidase 234	
Was tun bei Reaktionen auf Nahrungsmittel? 235	
Umweltbelastungen und Möglichkeiten der Entgiftung.....	236
Die körpereigene Entgiftung 237	
Glutathion 239	
Bestimmung einzelner Giftstoffbelastungen 242 • Naturheilkundliche Unterstützung der körpereigenen Entgiftung 243	

Immunsystem.....244

Akute Entzündungen244

Blutsenkungsgeschwindigkeit (BSG) **246** • C-reaktives Protein (CRP) **247**

Immunglobuline **247**

Immunglobulin A (IgA) **247** • Immunglobulin G (IgG) **248** • Immunglobulin M (IgM) **249** • Immunglobulin E (IgE) **249**

Chronische und niedriggradige Entzündungen250

Chronische Entzündung **250** • Niedriggradige Entzündung (Silent Inflammation) **250**

Hormone256

Tanz der Hormone256

Untersuchung der Hormone257

Hypothalamus und Hypophyse258

Hypophysenhormone und ihre Funktionsweise **259**

Wachstumshormon (STH) **259** • Prolaktin **260** • Oxytocin **260** • Antidiuretisches Hormon (ADH) **261** • Schilddrüsenstimulierendes Hormon (TSH) **261** • Adrenokortikotropes Hormon (ACTH) **261** • Luteinisierendes und Follikelstimulierendes Hormon (LH und FSH) **261**

Analoge Entsprechung **262** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **262**

Schilddrüse263

Schilddrüsenhormone und ihre Bedeutung **265**

Schilddrüsenstimulierendes Hormon (TSH) **265** • Schilddrüsenhormone T3 (Trijodthyronin) und T4 (Thyroxin) **266** • Schilddrüsenhormon Reverse-T3 (rT3) **266** • Schilddrüsenautoantikörper **267**

Schilddrüsenüber- oder -unterfunktion **268** • Analoge Entsprechung **273** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **274**

Steroidhormone275

Pregnenolon – Marker des hormonellen Alters **276**

Nebennieren277

Cortisol – das Alphahormon **278** • Dehydroepiandrosteron (DHEA) **280**

Untersuchung der Nebennieren – Adrenalin-Stress-Index **280** • Analoge Entsprechung **282** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **283**

Keimdrüsenhormone im Lauf des Lebens284

Die Pubertät **284** • Der weibliche Zyklus **285**

LH (Luteinisierendes Hormon) **287** • FSH (Follikelstimulierendes Hormon) **287** • Progesteron **288** • Östradiol **289** • Testosteron **291** • Prolaktin **292** • Dehydroepiandrosteron-Sulfat – DHEA-S **292** • Sexualhormon-bindendes Globulin (SHBG) **293**
Geschlechtshormone im Labor **294** • Hormonelle Balance **298**

Ausgleich hormoneller Störungen.....**305**
Heilpflanzen **305** • Homöopathische Heilmittel **307** • Hormonersatztherapie (HET) **308** • Bioidentische Hormontherapie (BHT) **308** • Weitere Unterstützung für das Hormonsystem **309**

Unerfüllter Kinderwunsch – ein Traum wird (nicht) wahr**310**

Seelisch-geistige Aspekte der Laboranalyse.....**323**

Mangel an Selbstvertrauen**323**

Mangelnder Schutz gegenüber äußeren Einflüssen**325**

Wandlung, Veränderung und Erneuerung.....**329**

Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **331**

Fremdbestimmung.....**332**

Erkrankungen – Ausdruck einer gestörten Regulation.....**333**

Autoimmunerkrankungen**333**

Ganzheitliche Sicht **333**

Anthroposophische Sicht **334** • Hashimoto-Thyreoiditis **336** • Der systemische Lupus erythematoses (SLE) **343**

Degenerative Erkrankungen.....**350**

Die Matrix – der Ausgangspunkt für degenerative Erkrankungen **350** • Degenerative Skeletterkrankungen **353** • Degenerative Erkrankung der Gefäße **354** • Neurodegenerative Erkrankungen **355** • Weitere degenerative Erkrankungen **359**

Osteoporose (Knochenschwund) oder Osteomalazie (Knochenerweichung)?**361**

Eine Erkrankung mit einem relativen Calciumüberschuss im Knochen **362** • Silizium tut den Knochen gut **363** • Calciumverlust führt zu Osteomalazie **364** • Analoge Entsprechung **365**

Migräne**365**

Ganzheitliche Sicht **366** • Es gibt viele Auslöser, aber nur eine Ursache **368** • Insulin und Unterzuckerung (Hypoglykämie) **369** • Hilfe im Akutfall **375** • Vorbeugende Behandlung **376**

Sodbrennen – ein Problem der Magensäure?	379
Ein Problem der Gallensäure 380 • Analoge Entsprechung 382 • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 382	

Wege zur stabilen Gesundheit.....	383
--	------------

Vital- und Stoffwechselanalyse	384
---	------------

Gesunde Ernährung – individuelle Ernährung.....	385
--	------------

Das Stoffwechselprogramm von »gesund + aktiv«	386
--	------------

Genetische Stoffwechselfprägung 387 • Der individuelle Ernährungsplan 393 • Mahlzeitenfrequenz 394

Dauerstress – eine natürliche Reaktion wird zum Problem	397
--	------------

Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 398

Laborbeispiele aus der Praxis	400
--	------------

Beispiel Marcus	401
------------------------------	------------

Ergebnisse und Befund der Vital- und Stoffwechselanalyse mit Hormonstatus 403 • Zusammenfassung der Erkenntnisse und Therapieansätze 409

Beispiel Susanne.....	412
------------------------------	------------

Ergebnisse und Befund der Vital- und Stoffwechselanalyse mit Hormonstatus 413 • Zusammenfassung der Erkenntnisse und Therapieansätze 419

Beispiel Kurt	421
----------------------------	------------

Ergebnisse und Befund der Vital- und Stoffwechselanalyse 423 • Zusammenfassung der Erkenntnisse und Therapieansätze 428

Allgemeines	431
--------------------------	------------

Danksagung.....	431
------------------------	------------

Literatur und Quellennachweis	432
--	------------

»Labor ganzheitlich«	433
-----------------------------------	------------

Bildnachweis	433
---------------------------	------------

Über den Autor	434
-----------------------------	------------

Register.....	435
----------------------	------------