

John Switzer

Wildkräuter-Vitalkost mit Gerson 2.0 Anti-Krebs-Therapie

Leseprobe

[Wildkräuter-Vitalkost mit Gerson 2.0 Anti-Krebs-Therapie](#)

von [John Switzer](#)

Herausgeber: Urkraftquelle



<http://www.unimedica.de/b20000>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<http://www.unimedica.de>



Inhalt

Vorwort.....	9
Wildkräuter-Vitalkost	13
Grünes Chlorophyll: ein Elixier für Gesundheit und Wohlbefinden aus den heimischen Wildkräutern	14
Typische Wildkräuter-Vitalkost-Nahrungsmittel	28
Optimieren Sie Ihr Verdauungsfeuer für bessere Gesundheit!.....	41
Vorteile und Gefahren der Rohkost-Ernährung	53
Glutenfreie Nahrungsmittel	79
Wichtige Wildkräuter für die Gesundheit	85
Vorteile der heilkräftigen Ernährung	90
Ein typischer Tag mit Dr. Switzers Wildkräuter-Vitalkost-Ernährung	115
Probleme mit Gluten	119
Überblick über die Wildkräuter-Vitalkost	124
Die Wildkräuter-Vitalkost	132
Entdecken Sie die Vorteile von Dr. Switzers Wildkräuter-Vitalkost	137

Vitamine und Mineralien **155**

Mehr „Schwung“ durch pflanzliche Mikromineralien	156
Mineralien sind nicht gleich Mineralien	164
Vitamin B12 - ein Mangel kann Ursache vieler Symptome sein	185
Rinderleber-Extrakt	211
Korallen-Kalzium aus Okinawa	222
Ernährung ergänzen?	227
Häufig gestellte Fragen zu Nahrungsergänzungen	229
Warum organische Mikromineralien?	239
Organische Spurenelemente und das Hormonsystem	244

Krebs-Erkrankungen **249**

Die Gerson 2.0-Wildkräuter-Vitalkost-Krebs-Therapie	250
Die Gerson 2.0-Wildkräuter-Vitalkost-Krebs-Therapie - Rezepte	319

Erfolgreiche Gewichtsreduktion 335

Gründe für Ihre Gelüste und Ihr Suchtverhalten 336
Beenden Sie Gelüste, Überessen und Jo-Jo mit 70+-Weizengrassaft!.....345
Haarausfall durch Abnehmen 363
Tricks zum Abnehmen 365
Nehmen Sie endlich ab mit Chrom! 367

Verschiedene Themen 375

Beugen Sie dem Alzheimer-Gehirnschwund vor! 376
Energie-Nahrung für eine reine Haut..... 397
Stoppen Sie Haarausfall durch die Zufuhr
von optimalen Nährstoffen!..... 396
Diabetes auf dem Vormarsch 400
Schwangerschaft und vegetarische/vegane Lebensweise..... 410
Dr. Switzers Checkliste für optimale Gesundheit 412
Überwindung von Müdigkeit und Leistungsschwäche..... 414
Stärkung für die Gelenke..... 418
Fuchsbandwurm: eine Gefahr?..... 420
Topfit mit 86 Jahren - die Geheimnisse des Nicht-Alterns 422

Ayurveda **435**

Ayurveda-Dosha-Konstitutionstypen	436
Wirkung der Ayurveda-Reinigungskur und Vitalkost-Ernährung auf die Gehirnchemie	444
Ist Frischkost mit Ayurveda vereinbar? Ein Interview mit Dr. John Switzer	449
Panchakarma-Intensiv-Kur für Diabetiker.....	456
Ayurvedisches Heilfasten für zu Hause	463
Ayurvedischer Fastentag.....	467
Ayurveda bei Osteoporose, Bindegewebsschwäche, Haarausfall, Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden.....	469
Fünf neue Strategien für eine intensive Panchakarma-Kur.....	474
Innere Reinigung durch die grünen Wildkräuter-Cocktails	487
Meiden Sie eine Vata-Störung!.....	483
Kayakalpa Panchakarma - die dreiwöchige Ayurveda-„Rosskur"	487

Erfolgsgeschichten	496
Erfahrung mit der Wildkräuter-Vitalkost-Nahrung	496
Mein Selbstheilungsprozess und die Mikromineralien	498
Erfahrung mit der Panchakarma-Kur II	501
24 Kilogramm Gewichtsverlust in vier Monaten.....	504
Rohkosternährung	505
Mehr Kraft und Ausdauer	508
Erfahrung mit der Wildkräuter-Vitalkost-Energie-Nahrung	510
Heilen mit Wildkräutern - ein kleines Wunder.....	511
Überwindung einer Autoimmunerkrankung durch die Wildkräuter-Vitalkost	513
Erfahrungsbericht Depressionen.....	516
Erfahrung mit Vitamin-B12-Injektionen	520
Das Ayurveda-Krebs-Reha-Programm	522
Wildkräuter-Vitalkost nach Panchakarma-Kur.....	524
Erfahrungen bei Magenkrebs und Lebermetastasen	527
Dr. Switzers Wildkräuter-Vitalkost-Rezeptbuch.....	528
Meine Vision	530
Hintergrund	535
Bezugsquellen	536



John Switzer

Wildkräuter-Vitalkost mit Gerson 2.0
Anti-Krebs-Therapie

Energienahrung der Zukunft - Beiträge
2005-2015

544 Seiten, kart.
erschienen 2014



Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung www.unimedica.de