

Geleitwort VII
Vorwort IX
Danksagung XI

- 1 **TCM ist die menschliche Erfahrung im Kampf gegen Krankheiten** 1
- 2 **Prinzipien und Philosophie der TCM** 3
- 3 **Yin, Yang und die 5 Elemente** 7
- 4 **Die drei Grundsubstanzen des Lebens** 17
- 5 **Zhang Fu-Organe** 27
- 6 **Kräuterheilkunde und Nahrungsmittel** 35
- 7 **Ursachen der Krankheiten** 41
- 8 **Häufige Beschwerden aus meiner Praxis** 63
- 9 **Häufige Krankheitsbilder, die von der Schulmedizin mitunter vernachlässigt werden** 97
- 10 **Wichtige Hinweise für die richtige Verwendung von Lebensmitteln** 143
- 11 **Die Sprechstunde** 147

Anhang

Weiterführende Literatur 157
Glossar 159
Autorinnen 163