

## Inhalt

|  |           |
|--|-----------|
| Ein Wort zuvor . . . . .   | 5         |
| Die Herausgeber . . . . .  | 6         |
| Autoren. . . . .   | 11        |
| <b>1 Endometriose: Eine rätselhafte Erkrankung . . . . .</b>                                 | <b>15</b> |
| <i>Prof. Dr. med. Uwe Ulrich und Dr. med. Julia Herchenbach</i>                              |           |
| <b>2 Die operative und medikamentöse Therapie<br/>der Endometriose . . . . .</b>             | <b>34</b> |
| <i>Prof. Dr. med. Uwe Ulrich</i>   |           |
| <b>3 Die Therapie von chronischen Schmerzen . . . . .</b>                                    | <b>53</b> |
| <i>Dr. med. Andreas Kopf</i>   |           |
| <b>4 Neuraltherapie:<br/>Nervenbahnen beruhigen und Entzündungen hemmen. . . . .</b>         | <b>61</b> |
| <i>Dr. med. Stefan Weinschenk</i>  |           |
| <b>5 Physiotherapie: Heilsame Kräfte für den Körper . . . . .</b>                            | <b>66</b> |
| <i>Dr. med. Ewald Becherer und Peter Ringeisen</i>   |           |
| <b>6 Osteopathie: Heilen mit den Händen . . . . .</b>  | <b>72</b> |
| <i>Peter Ringeisen</i>   |           |
| <b>7 Reflexzonen­therapie am Fuß:<br/>Sanfter Druck mit weitreichender Wirkung . . . . .</b> | <b>76</b> |
| <i>Hanne Marquardt</i>   |           |
| <b>8 Ernährung und Umwelt:<br/>Was Sie stärken und schwächen kann. . . . .</b>               | <b>79</b> |
| <i>Prof. Dr. med. Ingrid Gerhard</i>   |           |

---

|           |  |     |
|-----------|--|-----|
| <b>9</b>  | <b>Phytotherapie: Die heilenden Kräfte der Pflanzen</b> . . . . .                                      | 90  |
|           | <i>Heide Fischer</i>   |     |
| <b>10</b> | <b>Traditionelle Chinesische Medizin (TCM):<br/>Ein Erfahrungsschatz von Jahrtausenden</b> . . . . .   | 99  |
|           | <i>Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau</i>   |     |
| <b>11</b> | <b>Homöopathie: Die Kraft der Potenzierung</b> . . . . .   | 111 |
|           | <i>Dr. med. Ute Bullemer</i>   |     |
| <b>12</b> | <b>Psychosomatik und Psychotherapie:<br/>Kommunikation mit sich selbst</b> . . . . .                   | 120 |
|           | <i>Prof. Dr. med. Dr. rer. nat. Mechthild Neises</i>   |     |
| <b>13</b> | <b>Kinesiologie und energetische Psychologie:<br/>Die Sprache der Seele verstehen lernen</b> . . . . . | 132 |
|           | <i>Marion Börsing</i>  |     |
| <b>14</b> | <b>Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion:<br/>Mit Schmerzen gelassener umgehen</b> . . . . .            | 141 |
|           | <i>Dr. med. Kai Born und Heike Born</i>  |     |
| <b>15</b> | <b>Systemische Autoregulationstherapie:<br/>Hypnose trifft Chinesische Medizin</b> . . . . .           | 145 |
|           | <i>Dr. med. Annemarie Schweizer-Arau</i>   |     |
| <b>16</b> | <b>Entspannung, Hypnose und Yoga:<br/>Körper und Seele ins Gleichgewicht bringen</b> . . . . .         | 149 |
|           | <i>Christina Rautert</i>   |     |
| <b>17</b> | <b>Lebenspflege: Gesundheit stärken und erhalten</b> . . . . .   | 156 |
|           | <i>Dr. med. Susanne Hammel und Dr. med. Ewald Becherer</i>   |     |
| <b>18</b> | <b>Auf der Suche nach Ganzheitlichkeit</b> . . . . .   | 169 |
|           | <i>Dr. med. Ewald Becherer</i>   |     |
| <b>19</b> | <b>Möglichkeiten der Selbstheilung</b> . . . . .   | 181 |
|           | <i>Joachim Faulstich</i>   |     |
| <b>20</b> | <b>Methode Wildwuchs:<br/>Vertrauen Sie auf Ihre Selbstheilungskräfte</b> . . . . .                    | 187 |
|           | <i>Angelika Koppe</i>  |     |

---

|   |            |
|---|------------|
| <b>21 Rehabilitation:</b>   |            |
| <b>Medizinische und psychosoziale Hilfen bei Endometriose . . . . .</b>   | <b>190</b> |
| <i>Dr. med. Claus Peter Cornelius und Dr. med. Christiane Niehues</i>     |            |
| <b>22 Sozialmedizin: Welche Hilfen gibt es? . . . . .</b>                 | <b>195</b> |
| <i>Dr. med. Corinna Marina Diehl und Dr. med. Christina Kreiner-Diehl</i> |            |
| <b>23 Selbsthilfegruppen und Internet:</b>                                |            |
| <b>Eigeninitiative zur Krankheitsbewältigung . . . . .</b>                | <b>204</b> |
| <i>Katarina Jurk</i>  |            |
| <b>24 Kinderwunsch und Fruchtbarkeit bei Endometriose . . . . .</b>       | <b>208</b> |
| <i>Dr. med. Ewald Becherer</i>  |            |
| <b>25 Ergänzende Möglichkeiten zum Wunschkind . . . . .</b>               | <b>219</b> |
| <i>Birgit Zart</i>  |            |
| <b>26 Den eigenen Weg finden . . . . .</b>                                | <b>224</b> |
| <i>Dr. med. Ewald Becherer</i>  |            |
| <br>  |            |
| <b>Anhang . . . . .</b>   | <b>233</b> |
| <b>Anhang 1 Vergleich der hormonellen Therapiemöglichkeiten . . . . .</b> | <b>234</b> |
| <i>Dr. med. Ewald Becherer und Prof. Dr. med. Adolf E. Schindler</i>      |            |
| <b>Anhang 2 Übersicht zu den Gestagenen . . . . .</b>                     | <b>238</b> |
| <i>Dr. med. Ewald Becherer und Prof. Dr. med. Adolf E. Schindler</i>      |            |
| <b>Anhang 3 Hormonale Kontrazeptiva</b>                                   |            |
| <b>(Ovulationshemmer, »Pillen«) . . . . .</b>                             | <b>240</b> |
| <i>Dr. med. Ewald Becherer und Prof. Dr. med. Adolf E. Schindler</i>      |            |
| <b>Anhang 4 Schmerzmittel . . . . .</b>                                   | <b>243</b> |
| <i>Dr. med. Ewald Becherer</i>  |            |
| <br>  |            |
| Glossar: Mediziner-Latein . . . . .                                       | 247        |
| Stichwortverzeichnis . . . . .  | 253        |