

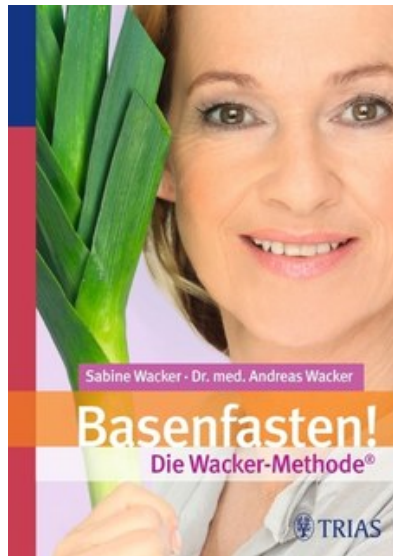
Wacker S./ Wacker A. Basenfasten! Die Wacker-Methode

Reading excerpt

[Basenfasten! Die Wacker-Methode](#)

of [Wacker S./ Wacker A.](#)

Publisher: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.narayana-verlag.com/b19948>

In the [Narayana webshop](#) you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.com
<http://www.narayana-verlag.com>



Register

A

80
 – 20-Regel 267, 273
 Abfallprodukte 13
 Abnehmen 89
 – Kinder 99
 – Langzeitprogramm 92
 AGE 18
 Akne 109
 Allergien 15, 136
 – Auslöser 149
 – Darmflora 138
 – Ernährung 140
 – Häufigkeit 149
 – Heuschnupfen 137, 143
 – Seele 165
 – Soforttyp 154
 – Symptome 150, 164
 – Tests 166
 Älterwerden 123
 Amalgam 153
 Antlitzdiagnostik 42
 Arachidonsäure 112
 Arthrose 112
 Asthma 15, 146
 Ayurvedische Massage 69

B

Ballaststoffe 131
 Basenbad 194
 Basenbildner 21, 27, 29, 178
 Basenfastentypen 54
 – Test 55
 Basenfluten 46, 47
 Basentheorie 22
 Berg, Ragnar 18, 22
 Bewegung 189
 Bindegewebe 110
 biologischer Anbau 24, 208
 Biologische Terrainanalyse 50
 Bittersalz 185
 Blähungen 113
 Bluthochdruck 129
 Body Mass Index 86
 Bronchitis 15
 Buchinger, Otto 16

C

Cholesterin 129
 Chufas Nüssli 221
 Colon-Hydro-Therapie 187

D

Dampfgarer 198
 Darm 138, 182
 Darmflora 188
 Darmreinigung 177
 Darmsanierung 169
 Dauerbrausen 61
 Diabetes 116
 Dreiertyp 59
 Dunkelfeldmethode 51

E

Einkaufen 207, 214
 Einlauf 185
 Eiweiß 33
 Eiweißbedarf 32, 103
 – Sport 104
 Entgiftung 12, 14
 Entlastung 12
 Entlastungstage 14, 206
 Entsäuerung 12, 15
 Entschlackung 15
 Erdmandelflocken 221
 Erholung 191
 Ernährung
 – Bestandsaufnahme 39
 – Homöopathie 78
 – Hormonhaushalt 118
 – Immunsystem 139, 141
 – Osteoporose 126
 – Umstellung 278
 Essmenge 200

F

5-am-Tag-Kampagne 134
 Fasten, traditionelles 12, 16
 Fehlernahrung 88
 Fertigprodukte 168, 273
 Figurprobleme 84
 Fisch 272
 Fleisch 272
 Fruchtshakes 219
 Frühstück 220
 Fruktoseintoleranz 162
 F.X.-Passagesalz 185

G

Gefühlstypen 63
 – Abnehmprogramm 93
 – Basenfasten-Tipps 64
 – Bewegung 64
 – Schüßler-Salze 67
 – Test 56
 Gemüsedämpfens 246
 Gemüsesäfte 218
 Gemüsespaghetti 102, 239

Genuss 176
 Geschmacksverstärker 151
 Gesundheitsvorsorge 20
 Gewürze 201
 Glaubersalz 185
 Glutenunverträglichkeit 114, 158

H

Hahnemann, Samuel 77
 Hamam 72
 Haut 109
 Heilkrise 12, 14, 16
 Heilreaktionen 14
 Herzinfarkt 130
 Herz-Kreislauf-Erkrankungen 24
 Heuschnupfen 137, 143
 – Vorsorge 170
 Histaminhaltige Lebensmittel
 160
 Histaminintoleranz 114, 159
 – Symptome 160
 Homöopathie 77
 – Ähnlichkeitsprinzip 77
 – Potenzierung 77
 Hormonersatztherapie 127
 Hungergefühl 15

I

Immunsystem 139
 Infektanfälligkeit 114
 Intoleranzen 152

K

Kaffee 35, 47, 207
 Kalium 27
 – Tagsbedarf 28
 Kalzium 34, 126
 Kauen 205
 Keimlinge 201
 – selber ziehen 203
 Kinderwunsch, unerfüllter 120
 Kneipp-Anwendungen 62
 Koffein 38
 Kräutertee 177
 Krebs 134
 Kreuzreaktionen 154
 Küchenausstattung 208
 Kuhmilchallergie 156

L

Laktoseintoleranz 35, 114, 162
 Lebensmittel, basische 178
 Leber, Arbeitsrhythmus 196
 Leberwickel 62
 Loslassen 65, 94, 122

M

Manz, Friedrich 23, 29
 Meditation 75
 Menstruationsprobleme 119
 Migräne 109, 111
 mikrobiologische Therapie 169
 Milch 33
 – Allergie 35
 Milchallergie 156
 Milchprodukte 272
 Milchunverträglichkeit. Siehe
 Laktoseintoleranz
 Mineralstoffe 22, 27
 Mischtypen 58, 75
 – Abnehmprogramm 96
 Mittagessen 224
 Morgenurin 46
 Motivation 175
 Müdigkeit 147

N

Nahrungsmittelallergien 142,
 146, 155
 Nahrungsmittelintoleranzen 15,
 159
 – Tests 166
 Nasennebenhöhlenentzündung
 15
 Nerventypen 67
 – Basenfasten-Tipps 69
 – Bewegung 69
 – Schüßler-Salze 75
 – Test 57
 Nesselsucht 151
 Neurodermitis 144
 Nierenerkrankungen 115
 Norialgen 254
 Normalgewicht 86

O

Obst 204, 220
 Osteoporose 34, 125
 – Bewegung 129
 – Milch 126

P

Pflanzenöle 21
 pH-Wert 43
 PMS 119
 Powertypen 59
 – Abnehmprogramm 93
 – Basenfasten-Tipps 60
 – Sport 61
 – Test 55
 – Wasseranwendungen 61
 PRAL-Wert 29
 Pseudoallergien 152
 Pubertät 119
 Purine 38
 Purinhaltige Lebensmittel 30

R

Rasul 65
 Regelschmerzen 120
 Reizdarm 113, 161
 – Symptome 165
 Remer, Thomas 23, 29
 Rheuma 112
 Rohkost 168, 195
 Rohmilchprodukte 33

S

Säfte 216
 Sauna 62
 Säure-Basen-Bluttest nach
 Jørgensen 50
 Säure-Basen-Gleichgewicht 14
 Säure-Basen-Pyramide 270
 Säure-Basen-Test nach Sander
 48
 Säurebildner 15, 29, 31
 – gute 270
 – schlechte 271
 Schlacken 18
 Schlaf 191
 Schmerzen 111
 Schüßler-Salze 67, 75, 80
 – Abnehmen 98

Selbstheilungskräfte 13
 Softdrinks 23
 Soja 203

T

Tahin 254
 Tango 70
 Thermalbäder 61
 Trinkmenge 176

U

Übergewicht 84, 86
 – Kinder 99
 – Ursachen 88
 Übersäuerung 39
 – Anzeichen 42
 – Messmethoden 44
 Unfruchtbarkeit 121
 Urin-pH-Wert 43, 46, 47
 – Tagesprofil 44

V

Veganer 24
 Vegetarier 24
 Verdauung 113
 Verdauungsprobleme 113
 Vitalstoffe 198
 Vitamin D3 126
 Vormann, Jürgen 23

W

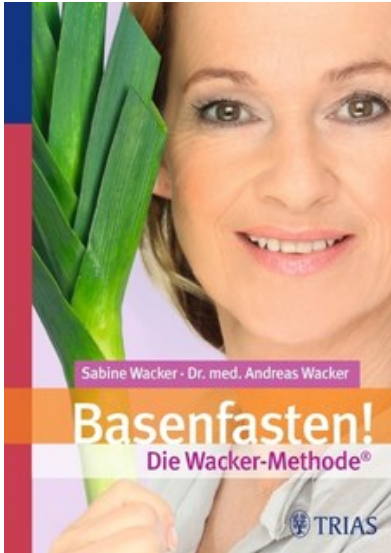
Wechseljahre 122
 Weizenallergie 157

Y

Yoga 66, 72, 96

Z

Zahnersatzmaterialien 148
 Zellulite 110
 Zwischenmahlzeiten 224



Wacker S./ Wacker A.

[Basenfasten! Die Wacker-Methode](#)

288 pages, pb
publication 2011



order

More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life
www.narayana-verlag.com