

Ulrich Strunz

Das neue Anti-Krebs-Programm

Reading excerpt

[Das neue Anti-Krebs-Programm](#)

of [Ulrich Strunz](#)

Publisher: Heyne-Randomhouse



<http://www.narayana-verlag.com/b13676>

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>



Inhalt

- 8 Vorwort
- 11 **Volkskrankheit
Krebs**
- 12 Krebs greift um sich
- 14 Krebsepidemie im Westen
- 14 Eine Krankheit der Reichen
- 16 Warum bekommen immer
mehr Menschen Krebs?
- 16 Schlechte Ernährung:
Wir essen Müll
- 24 Zu wenig Bewegung:
Wir haben das Laufen verlernt
- 24 Zu viel Stress:
Wir hetzen uns kaputt
- 26 Die Flucht in die Sucht
- 30 Anfällig für Krebsviren
- 31 Auch Umweltgifte können
Krebs auslösen
- 32 Was ist Krebs?
- 33 Jeder hat ein Tumormuster -
aber nicht jeder hat Krebs
- 34 Wie entsteht Krebs?
- 37 Krebsstammzellen - was ist das?
- 38 Der alte Kampf
gegen den Krebs
- 40 Aufschneiden, vergiften,
verbrennen: Herkömmliche
Heilmethoden
- 44 Vorsorge
- 48 Das neue Anti-
Krebs-Programm
- 48 Gesund essen,
laufen, meditieren -
alternative Heilmethoden
- 51 Jede Heilung ist
eine Selbstheilung
- 54 Die Pharmaindustrie
steuert dagegen
- 55 Handeln Sie!





- 57 Frohkost
gegen Krebs**
- 58 Ernährung ist Typsache**
- 64** Der Krebs isst mit
64 Wer überlebt, hat recht
66 Krebszellen sind zuckersüchtig
70 *Interview mit Dr. Johannes Coy*
78 Der Pharmaindustrie schmeckt
die Anti-Krebs-Diät nicht
- 80 Mit No-Carbs
gegen den Krebs**
- 80** Kohlenhydrate: Unser
täglich Brot bringt uns um
86 Fette: Energie pur
94 Eiweiß: Der wichtigste Baustein
- 100 Vitalstoffe:
So bleiben Sie vital**
- 100** Vitamine: Superhelden im Körper
102 Vitamin C: Das Supervitamin
110 Vitamin D: Nicht nur für
starke Knochen
116 Vitamin E: Schutzvitamin
für unsere Zellen
- 118** Vitamin B6: Das Läufervitamin
120 Provitamin A/Betacarotin:
Schützt die Haut
123 *Rezept für einen
Power-Radikalfänger*
- 124** Wundermittel Spuren-
elemente und sekundäre
Pflanzenstoffe
- 125** Selen
129 Sekundäre Pflanzenstoffe:
Genuss mit allen Sinnen
- 134** Die Kunst des Fastens
134 Krebstherapie Fasten
- 136** Anti-Krebs-Genuss
136 Obst: Mehrmals täglich!
138 Gemüse: Knackige Wohltat
141 Hülsenfrüchte:
Kraft aus der Bohne
142 Pilze: Unterschätzte Delikatessen
144 Gewürze: Bestes aus der
Wildnis - und aus Indien
147 Getränke: Wohl bekomm's!
151 Süßes: Genießen Sie schwarze
Schokolade!

153 Laufen Sie um Ihr Leben

154 Sport ist Mord - zumindest
für die Krebszelle

156 Warum schlappe Körper
Krebs kriegen

159 Der Muskel als Anti-
Krebs-Wunderwaffe

164 Beste Prävention:
Bewegung, Bewegung,
Bewegung

164 Dem Krebs davonlaufen

165 Am besten 90 Minuten!

166 Wir sind dann mal weg

168 Jetzt erst recht:
Sport mit Krebs

170 Zurück ins Leben laufen

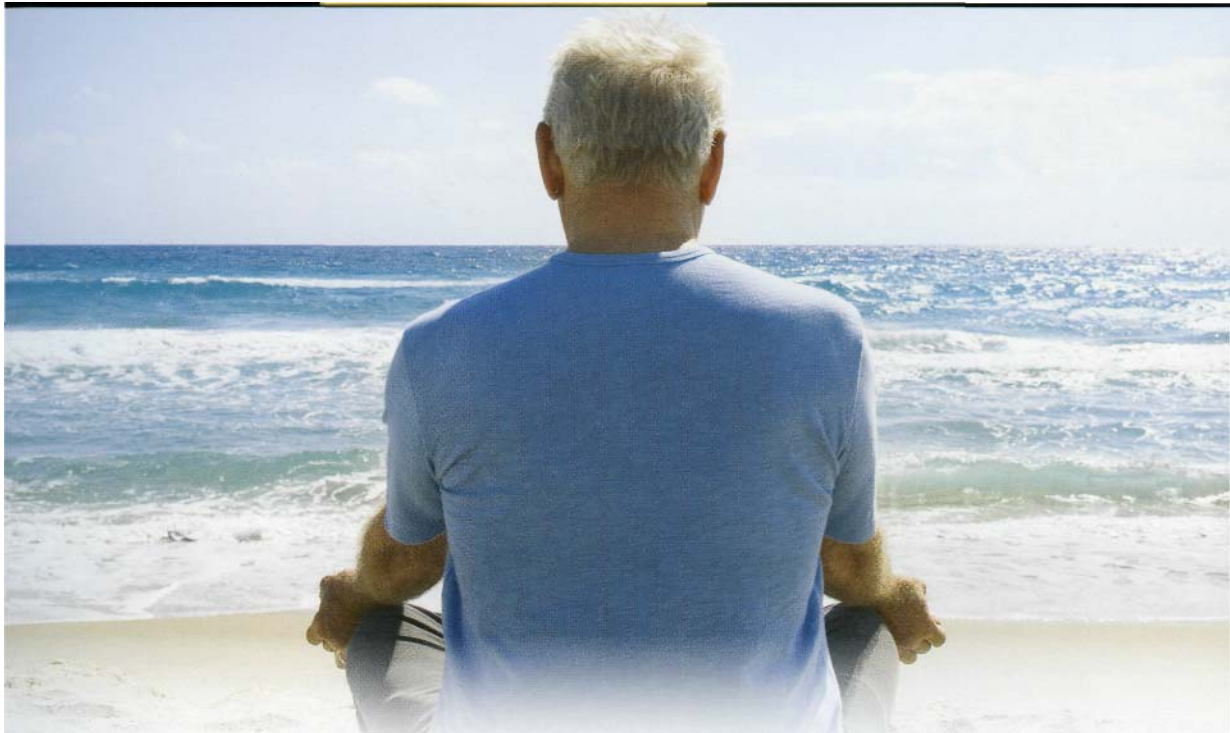
170 Vom OP ins Fitnessstudio?

173 Die richtige Sportart finden

174 Die richtige Dosis Bewegung

176 Worauf warten Sie noch?
Los geht's!





**181 Gesund denken -
gesund bleiben**

- 182 Was hat Krebs mit
der Seele zu tun?
- 183 Ihr Hausarzt ist nur Assistent
- 185** Jede Heilung ist eine
Selbstheilung
- 186 Gesund dank Glaube,
Liebe, Hoffnung
- 187** Glaube heilt
- 191 Liebe lässt leben
- 192 Hoffnung gibt Kraft
- 196 Heilen durch Handeln
- 196** Sich hilflos zu fühlen
macht krank
- 197 Glück ist keine Glückssache

198 Träumen Sie sich gesund

199 Ihre Zukunft ist bunt!
Räumen Sie Ihren Kopf auf

204 Krebstherapie Meditation

205 Hoch im Kurs: Achtsamkeit

207 Ruhe im Affenstall
Powern oder loslassen:
Was denn nun?
Entspannen in zwölf Sekunden

210 Lachen Sie den Krebs aus!

212 *die anti-krebs-VITALKUR*

216 Ein Wort zum Schluss

217 Literaturverzeichnis

219 Register



Ulrich Strunz

[Das neue Anti-Krebs-Programm](#)

Dem Krebs keine Chance geben: So schalten Sie die Tumor-Gene ab

224 pages, hb
publication 2015



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