

Thomas Winter

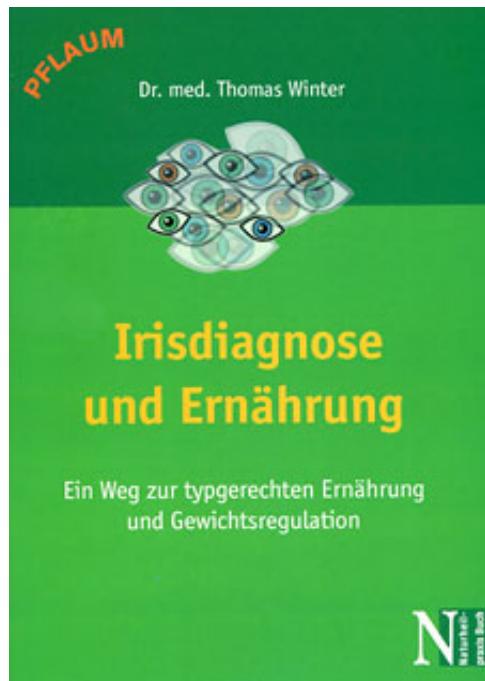
Irisdiagnose und Ernährung

Leseprobe

[Irisdiagnose und Ernährung](#)

von [Thomas Winter](#)

Herausgeber: Pflaum Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b7984>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@narayana-verlag.de

<http://www.narayana-verlag.de>

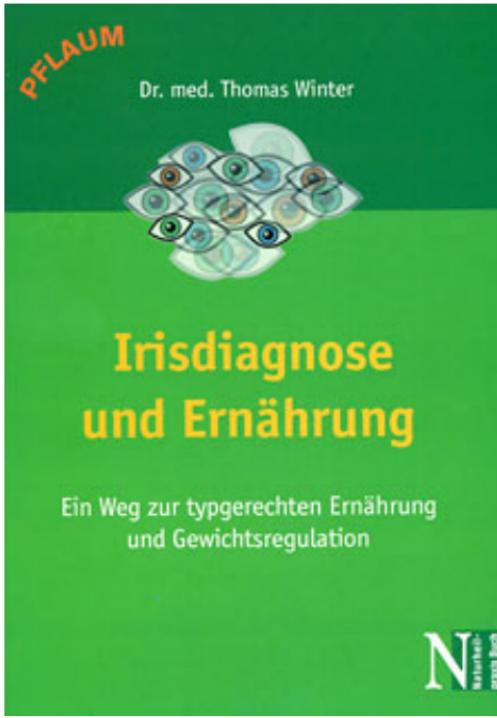


Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Vorwort | 7 |
| Einleitung: Bewusstes und gesundes Leben | 11 |
| Was Sie über Ernährung wissen sollten | 17 |
| 1.1 Problem Übergewicht | 18 |
| 1.2 Diät oder typgerechte Ernährungsumstellung? | 20 |
| 1.3 Nahrungsbestandteile und ihre „Verarbeitung“ | 21 |
| 1.4 Das Problem der Übersäuerung | 31 |
| 1.5 Die Lebensmittelpyramiden | 34 |
| Der geschichtliche Hintergrund der Irisdiagnostik..... | 38 |
| 3 Iriszeichen | 43 |
| 3.1 Strukturzeichen/Organzeichen | 43 |
| 3.1.1 Substanzdefekte | 43 |
| 3.1.2 Krampfringe | 43 |
| 3.1.3 Transversalen | 44 |
| 3.1.4 Solarstrahlen | 45 |
| 3.1.5 Radiärstrahlen | 46 |
| 3.1.6 Lakunen | 46 |
| 3.1.7 Waben | 47 |
| 3.1.8 Krypten | 47 |
| Die Topographie der Iris | 47 |
| 3.2.1 Die Anatomie des Auges | 47 |
| 3.2.2 Die Pupille | 49 |
| 3.2.3 Magen-Darm-Zone/Krausenzone | 50 |
| 3.2.4 Mesenchym-Organzonen | 54 |
| 3.2.5 Hautzone | 54 |
| Topographische Zuordnung der Organe | 55 |
| 3.4 Die Bedeutung der Pigmente | 57 |
| Irisdiagnostik - Konstitution, Disposition und Diathese | 59 |
| 4.1 Das blaue Auge — die lymphatische Konstitution | 61 |
| Das braune Auge - die hämatogene Konstitution | 67 |
| 4.3 Die Mischiris | 76 |
| 4.4 Der neurogene Typ (der sensible Widerstandstyp) | 81 |
| 4.5 Der rezeptive Bindegewebsschwäche-Typ (mesenchymschwache Disposition) | 86 |

Inhalt

| | |
|--|------------|
| Die vegetativ spastische Disposition (der Selbstschutztyp) | 93 |
| Die glandulär schwache Disposition (mögliche Drüsenschwäche) .. | 99 |
| 4.8 Lymphatischer Rosenkranz (exsudative Diathese) | 105 |
| 4.9 Die Übersäuerungsdiathese (harnsäure Stoffwechselsituation) | 112 |
| 4.10 Die dyskratische Diathese (Störung der Körpersäfte Blut, Lymphsystem) | 119 |
| 4.11 Der Cholesterinring (lipämische Diathese)..... | 124 |
| 4.1 Die allergische Diathese..... | 129 |
| 4.13 Der Magentyp | 134 |
| 4.1 Der Milztyp | 141 |
| Humoralpathologie und Ernährung | 145 |
| Der sanguinische Stoffwechsel | 150 |
| Der cholerische Stoffwechsel | 155 |
| Der phlegmatische Stoffwechsel | 162 |
| 5.4 Der melancholische Stoffwechsel | 169 |
| Typebezogene Fastenkuren | 177 |
| 6.1 Das Heilfasten | 177 |
| Typebezogenes Heilfasten | 178 |
| Iristypdiagnosik und Ernährungsberatung | 181 |
| Das Ernährungsprogramm | 182 |
| 7.2 Fallbeispiele | 184 |
| 7.2.1 Behandlungsbeispiel 1: Patientin, 52 Jahre | 184 |
| 7.2.2 Behandlungsbeispiel 2: Patientin, 62 Jahre | 189 |
| 7.2.3 Behandlungsbeispiel 3: Patientin, 46 Jahre | 192 |
| 8 Anhang: Die wichtigsten Bestandteile der typgerechten Ernährung | 196 |
| 8.1 Zusammensetzung und humoralpathologische Einordnung..... | 196 |
| Übersicht über die wichtigsten Nahrungsbestandteile | 227 |
| Tabellen | 242 |
| Typenlehre auf einen Blick | 242 |
| Konstitutionslehre auf einen Blick | 243 |
| Dispositonen | 244 |
| Diathesen | 245 |
| Literatur | 247 |
| Sachregister | 250 |



Thomas Winter

Irisdiagnose und Ernährung

Ein Weg zur gesunden Ernährung und
Gewichtsregulation

261 Seiten, kart.
erschienen 2009



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise
www.narayana-verlag.de