

Inhaltsverzeichnis

| | | |
|-----------|---|-----------|
| 1 | Ich bin dann mal schön | 7 |
| 2 | TCM ist Energielehre | 19 |
| 3 | vom YIN und YANG | 25 |
| 4 | die Fünf-Elemente | 29 |
| 5 | die Haut und die Fünf-Elemente | 37 |
| 6 | die Substanzen | 43 |
| 7 | die Krankmacher | 53 |
| 8 | die Lunge – der Hautregulierer | 61 |
| 9 | der Dickdarm – der Entschlacker | 77 |
| 10 | Schönheit ergibt sich aus dem Wohlgefühl | 87 |

Anhänge

| | | |
|----------|-------------------------------------|------------|
| 1 | Klimakterium | 97 |
| 2 | Neurodermitis | 101 |
| 3 | Psoriasis (Schuppenflechten) | 105 |
| 4 | Urtikaria (Nesselsucht) | 107 |
| 5 | Akne | 109 |
| 6 | Vitiligo (Flechten) | 113 |
| 7 | Herpes Zoster (Gürtelrose) | 115 |

| | | |
|--|---------------------|------------|
| | Meine Vision | 117 |
|--|---------------------|------------|