

Inhalt

Vorwort	4
Krankheit beginnt im Kopf – meistens!	7
Wenn die Psyche krank ist und Stress die Gesundheit angreift	9
Stress zerfrisst das Gehirn	13
Positiver Stress – negativer Stress	17
Das Herz ist oft besonders betroffen.....	18
Angst versetzt Organe in Daueranspannung	19
Psychosomatik = Krankheiten	24
Hat Reichtum etwas mit Krankheit zu tun?	26
Jeden Tag Probleme.....	28
Wirksame Stress-Killer	29
Schlusswort.....	83