

## **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