

## Literatur zu Endometriose

Ewald Becherer und Adolf E. Schindler (Hg.): Endometriose. Ganzheitlich verstehen und behandeln - ein Ratgeber. 2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage. Kohlhammer 2010.

Johanna Helen: Leben mit einem Chamäleon. Endometriose - mehr als nur Bauchschmerzen. Shaker Media 2011.

Rita Hofmeister: Endometriose. Ein Selbsthilfebuch. Facultas/Maudrich 2020.

Jörg Keckstein (Hg.): Endometriose. Die verkannte Frauenkrankheit. Diagnostik und Therapie aus ganzheitsmedizinischer Sicht. Diametric 2009.

Martina Liel: Nicht ohne meine Wärmflasche. Leben mit Endometriose. Komplet Media GmbH 2017.

Martina Liel: Endometriose und Psyche. Ursachen, Auswirkungen und Bewältigungsstrategien. Komplet Media GmbH 2021

Sylvia Mechsner: Endometriose. Die unterschätzte Krankheit. ZS Verlag 2021

Martin Sillem: Endometriose. Gutartig, aber gemein. Die versteckte Krankheit erkennen und wirksam behandeln. Trias Verlag 2003.

Kathrin Steinberger: So leben wir mit Endometriose. Der Alltag mit der chronischen Unterleibserkrankung. Edition Riedenburg 2013.

Anna Wilken: In der Regel bin ich stark. Endometriose: Warum wir unsere Unterleibsschmerzen ernst nehmen müssen. Eden Books 2019.

## Frauengesundheit

Julia Becket: Rubinrote Zeit - Beginn der Menstruation. „Erinnerst du dich ...“. Frauen von 19 bis 90 erzählen. Diametric 2007.

Gerlinde Debus: Gebärmutterentfernung??!! Organerhaltende Operationsmethoden bei Erkrankungen der Gebärmutter. Diametric 2011.

Anda Dinhopf: Frauenkräuter. Das Handbuch für Frauen. 2. Auflage. BACOPA 2015.

Günther H. Heepen: Hormone natürlich regulieren. GU Verlag 2019

Angelika Koppe: Mut zur Selbstheilung. Anleitung für ein Gespräch mit dem eigenen Körper- Methode Wildwuchs. Neuauflage. Eigenverlag Angelika Koppe 2012.

Angelika Koppe: Selbstheilung bei Endometriose nach der Methode Wildwuchs. Mit Beispielen aus der Praxis. Nymphenburger Verlag 2013.

John R. Lee: Natürliches Progesteron. Ein bemerkenswertes Hormon. 7. überarbeitete Neuauflage. AKSE Verlag 2014

Rina Nissim: Naturheilkunde in der Gynäkologie. Ein Handbuch für Frauen. Aus dem Französischen von Beate Thill und Anette Diefenthal. Orlanda 2007.

Christiane Northrup: Frauenkörper. Frauenweisheit. Wie Frauen ihre ursprüngliche Fähigkeit zur Selbstheilung wiederentdecken können. Überarbeitete Neuausgabe. Aus dem Amerikanischen übersetzt und für die deutsche Ausgabe bearbeitet von Irmgard Hölscher und Sabine Schulte. Zabert Sandmann 2007.  
Günstige Taschenbuchversion bei Goldmann 2007.

Adelheid Ohlig: Luna-Yoga. Der sanfte Weg zu Fruchtbarkeit und Lebenskraft. Tanz- und Tiefenübungen. Mosaik bei Goldmann 1991.

Gabriele Pröll: Das Geheimnis der Menstruation. Kraft und Weisheit des Mondzyklus. Goldmann 2004.

Gabriele Pröll: Die „glückliche“ Gebärmutter - selbstheilende Kraft bei Unterbauchbeschwerden. Mit praktischen Übungen nach der Methode Wildwuchs. Diametric 2014.

Beate A. Schücking: Selbstbestimmung der Frau in Gynäkologie und Geburtshilfe. V&R Unipress 2003.

## **Ernährung/ Verdauung**

Nicole von Hoerschelmann: Endometriose. Schmerzfrei durch optimale Ernährung und einen gesundheitsfördernden Umgang mit Stress. Ein Erfolgsbericht. Diametric 2011.

Britta Kaiser und Matthias Korell: Endometriose und Ernährung. Müller und Steinicke 2010.

Barbara Temelie: Ernährung nach den fünf Elementen. Wie Sie mit Freude und Genuss Ihre Gesundheit, Liebes- und Lebenskraft stärken. Joy Verlag 2008.

Barbara Temelie und Beatrice Trebuth: Das Fünf Elemente Kochbuch. Die praktische Umsetzung der chinesischen Ernährungslehre für die westliche Küche. 200 Rezepte zur Stärkung von Körper und Geist. Joy Verlag 2009.

Giulia Enders: Darm mit Charme. Alles über ein unterschätztes Organ. Ullstein Verlag 2014.

## **Kinderwunsch**

Martin Spiewak: Wie weit gehen wir für ein Kind? Im Labyrinth der Fortpflanzungsmedizin. Eichborn 2005.

Birgit Zart: Gelassen durch die Kinderwunschzeit. Loslassen lernen und empfangen. Ariston 2006.

Birgit Zart: Glückskinder. Von Kinderwunsch bis Lebensglück. Erfolgreiche Arbeit mit inneren Bildern. Ariston Verlag in der Verlagsgruppe Random House 2010.

Gisela Zeller-Steinbrich: Wenn Paare ohne Kinder bleiben. Kinderwunsch zwischen Reproduktionsmedizin und psychosozialem Verständnis. Brandes & Apsel 2006.

## **Englische Bücher**

Joseph W. Krotec und Sharon Perkins: Endometriosis for Dummies. Wiley Publishing 2007.

Kerry-Ann Morris: Living well with Endometriosis. What your Doctor doesn't tell you ... that you need to know. Harper 2006.

Glynis D. Wallace: Living with Lung and Colon Endometriosis. Catamenial Pneumothorax. Author House 2005.