

# Inhalt

1	Herz und Seele . . . . .	1
	Eine Einführung	
2	Zur Biologie des Herzens . . . . .	19
	Eine Tour d'Horizon	
3	Was das Herz antreibt . . . . .	46
	Kalzium & Co.	
4	Die sensible Pumpe . . . . .	65
	Wie Emotionen das Herz erschüttern	
5	Herzattacken . . . . .	83
	Stress und Ärger gehen zu Herzen	
6	Bluthochdruck und Stress . . . . .	106
	Gesundheit beginnt im Kopf	
7	Herzschwäche und Depression . . . . .	128
	Warum Bewegung guttut	
8	Funktionelle Herzbeschwerden . . . . .	149
	Wenn das Herz schmerzt und der Arzt „nichts“ findet	
	Personenverzeichnis . . . . .	173
	Sachverzeichnis . . . . .	177