

- 1) <http://www.weiss.de/krankheiten/blaehungen/grundlagen/>
- 2) <http://www.onmeda.de/symptome/blaehungen.html>
- 3) <http://www.umstellung.info/anleitungen/abnehmen/der-weg-zum-flachen-bauch/>,
<http://pagewizz.com/bauchumfang-reduzieren-tipps-gegen-blaehbauch-oder-bauchspeck-fuer-frauen/>, <http://www.umstellung.info/anleitungen/abnehmen/der-weg-zum-flachen-bauch/> der-blaehbauch/
- 4) <http://www.mayr-kuren.de/mayr-kur-bauchformen.html>
- 5) <http://www.mayr-kuren.de/mayr-kur-bauchformen.html>, Rauch, Erich (2005):
Lehrbuch der Diagnostik und Therapie nach F. X. Mayr: Kriterien des Krankheitsvorfeldes, der Gesundheit und Krankheit. 3. überarbeitete Vorlage.
Stuttgart: Karl F. Haug Verlag
- 6) [http://de.wikipedia.org/wiki/Franz_Xaver_Mayr_\(Arzt\)](http://de.wikipedia.org/wiki/Franz_Xaver_Mayr_(Arzt))
- 7) Rauch, Erich (2005): Lehrbuch der Diagnostik und Therapie nach F. X. Mayr: Kriterien des Krankheitsvorfeldes, der Gesundheit und Krankheit. 3. überarbeitete Vorlage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag, S. 45
- 8) Rauch, Erich (2005): Lehrbuch der Diagnostik und Therapie nach F. X. Mayr: Kriterien des Krankheitsvorfeldes, der Gesundheit und Krankheit. 3. überarbeitete Vorlage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag, S. 51 ff.
- 9) Rauch, Erich (2005): Lehrbuch der Diagnostik und Therapie nach F. X. Mayr: Kriterien des Krankheitsvorfeldes, der Gesundheit und Krankheit. 3. überarbeitete Vorlage. Stuttgart: Karl F. Haug Verlag, S. 50
- 10) <http://www.foodulution.com/koerpertypen/>
- 11) <http://www.lebensmittelunvertraeglichkeiten.de/>
- 12) <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/glutenintoleranz.html#ixzz3lOti7CUC>
- 13) <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/glutenintoleranz.html#ixzz3lOrz4fKi>
- 14) <http://www.apotheken-umschau.de/kohlenhydrate>
- 15) <http://www.diabetes-ratgeber.net/Ernaehrung/Suessstoffe-Kalorienfreie-Dickmacher-229259.html>
- 16) http://www.focus.de/gesundheit/ernaehrung/tid-13247/gesund-essen-suessstoff-macht-dick_aid_366093.html
- 17) http://de.wikipedia.org/wiki/S%C3%BC%C3%9Fstoff#cite_note-12
- 18) <http://www.gesundheit.de/wissen/haetten-sie-es-gewusst/ernaehrung/was-ist-xylit>
- 19) <http://www.fruktobase.at/erythrinol.php>

20) <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/fruchtzucker.html>

21) <http://www.wissen.de/bildwb/obst-zum-anbeissen-gut>

214

22) http://www.welt.de/wams_print/article1874493/Wenn-Erdbeeren-wieder-wie-Erdbeeren-schmecken.html

23) <http://www.doppelherz.de/laktase-special/was-ist-laktose>

24) <http://www.doppelherz.de/laktase-special/was-ist-laktoseintoleranz>

25) <http://www.histaminintoleranz.ch/symptome.html>

26) http://www.histaminintoleranz.ch/einleitung_kurzfassung.html

27) http://www.histaminintoleranz.ch/einleitung_kurzfassung.html

28) http://www.histaminintoleranz.ch/einleitung_kurzfassung.html

29) <http://www.lebensmittellexikon.de/r0002180.php#1>

30) [http://www.focus.de/gesundheit/experten/christine_mueller/die-negative-seite-von-](http://www.focus.de/gesundheit/experten/christine_mueller/die-negative-seite-von-rohkost-wieso-salat-den-bauch-dick-machen-kann_id_4130055.html)

[rohkost-wieso-salat-den-bauch-dick-machen-kann_id_4130055.html](http://www.focus.de/gesundheit/experten/christine_mueller/die-negative-seite-von-rohkost-wieso-salat-den-bauch-dick-machen-kann_id_4130055.html)

31) <http://www.richtig-essen.org/pdf/ErnaehrungIndividuell.pdf>

32) Univ.-Dozent Dr. med. Maximilian Ledochowski (2014):
Nahrungsmittelintoleranzen.

Unverträglichkeiten erkennen und gut damit leben. 2., vollständig überarbeitete

Neuaufgabe. Stuttgart: TRIAS Verlag in MVS. S. 12

33) Univ.-Dozent Dr. med. Maximilian Ledochowski (2014):
Nahrungsmittelintoleranzen.

Unverträglichkeiten erkennen und gut damit leben. 2., vollständig überarbeitete

Neuaufgabe. Stuttgart: TRIAS Verlag in MVS. S. 13 f.

34) <http://www.pta-aktuell.de/aktion/news/5448-Unregelmaessige-Verdauung/>

35) <http://www.fastenundrohkost.at/tcm-ayurveda-rohkost-eine-kontroverse/>

36) <http://www.ernaehrungsberatung-wien.at/blog/bauchgrummeln-durchfall-und-co-10->

[tipps-zum-staerken-der-verdauungskraft-mit-tcm](http://www.ernaehrungsberatung-wien.at/blog/bauchgrummeln-durchfall-und-co-10-)

37) <http://dasgehirn.info/denken/motivation/schaltkreise-der-motivation-986/>. 38)
<http://www.dw.de/so-reagiert-der-koerper-auf-hunger/a-6641241>

39) <http://www.tk.de/tk/stress/010-phaenomen-stress/was-ist-stress/118620>

40) <http://www.tk.de/tk/stress/010-phaenomen-stress/was-ist-stress/118620>

41) [http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/dauerstress-anhaltende-](http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/dauerstress-anhaltende-belastung-fuehrt-zu-erkrankungen-a-962009.html)

[belastung-fuehrt-zu-erkrankungen-a-962009.html](http://www.spiegel.de/gesundheit/psychologie/dauerstress-anhaltende-belastung-fuehrt-zu-erkrankungen-a-962009.html)

42) <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/stress-mach-dick-ia.html>

43) Gemäß Aussage von Frau Brigitte Ruff, Atemtherapeutin <http://www.atem-praxis.ch/> 44) Dillmann, Alexander (2011): Aktiv schlank mit myline. München:

Südwest Verlag 45) Dillmann, Alexander (2011): Aktiv schlank mit myline. München:
Südwest Verlag 46) Dillmann, Alexander (2011): Aktiv schlank mit myline. München:

Südwest Verlag. S. 23 47) <https://www.egym.de/blog/a/fitness-fuer-frauen>,
<http://blog.tillsukopp.de/home/>

die-3-groesten-trainingsfehler-von-frauen, <http://www.fitnessmagnet.com/Artikel/tabid/217/Fitness/View/Fitnessartikel/1636/5-mogliche-Grunde-waum-das-Fett-an-deinem-Bauch-nicht-verschwindet.aspx>

