

California

in reinen Darm

Robert Gray
Nahrungsergänzungsmitteln



Qualität

Erstellte
hilft auf sanfte
Ernährungsfehler
eigene Darmflora
schongetrocknet
sten Standorten

nd durch:

Lebensmittelimporte
Europa

466 NB Kerkrade
1, Fax /5 66 04 32
Fax /88 27

uci.nl

gbv.com

Heilungsbuch
Nr. 76119

us gut!

algen - der natür-
offe. Basisch. Mit
lstoffen, Spüren-
en Aminosäuren.

t & Erfahrung
eit 1980



40a · D-78224 Singen
net: www.spirulina.de

INHALT

NATUR & HEILEN

DIE MONATSSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Heft 4/April 2000, 77. Jahrgang

LESERFORUM	4	UNSERE PFLANZEN – UNSERE HEILMITTEL	50
KURZ NOTIERT	6	Bitter ist besser! Wermut... nicht nur zum Anstoßen	
Verbot für schnurlose DECT-Telefone gefordert · Fumarsäure – neue Hoffnung bei Schuppenflechte · Wenn Zappel- philipp in die Jahre kommt · Gefähr- liche Zahnweißpasten · Cholesterinwerte: Filterkaffee ist besser · Schlafmangel beschleunigt Alterung · Vorsicht vor Kopf- salat · Schutz vor grauem Star mit Vita- minen · Auch Pflanzen bekommen nach Virusinfektion Fieber · Schwanger trotz Pille · Blutarmut durch Kupfermangel		TIPS	52
BEWUSST-SEIN	10	Balkonpflanzen – Der Standort bringt die Blütenpracht · Richtiges Haarewaschen · Kohlgeruch vermeiden	
Das Jahr Null – eine große Chance		BERATUNGSSERVICE	54
MENSCH UND NATUR	12	Psychische Störungen durch Cholesterin- senkung · Trinklavage bei chronischer Verstopfung	
Tiere – vom Symbol zur Heilung		AKTUELLE UMSCHAU	56
GANZHEITLICH HEILEN	22	Die Kunst der achtsamen Berührung · Landesgartenschau Singen – ein Versuchs- feld der Homöopathie für Pflanzen · Impf- symposium 2000: Impfen – Nutzen oder Schaden? · Kongreß: Ganzheitliche Krebs- behandlung im 21. Jahrhundert	
Das Heilkraut Lachen. Wie Klinikclowns durch Humor heilen		BÜCHER	58
GESUNDES LEBEN	30	FIRMENNACHRICHTEN	60
Schonende Alternative zur Fastenkur: Die Weizenkur		PRIVATE KLEINANZEIGEN	61
NATURHEILKUNDE	34	ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	62
Sodbrennen – nicht nur ein „lästiges Übel“		TERMINE/TREFFPUNKTE	64
FRAUENHEILKUNDE	40	IMPRESSUM	65
Frauenkrankheiten naturgemäß behandeln. (4. Teil) Gutartige Tumoren		ZU GUTER LETZT...	66
WISSENSWERTES	47	Blumen: Fair gehandelt · P.S.	
Naturheilkunde und Homöopathie bei Hautflecken und -verfärbungen			



Titelbild: Passionsblume (*Passiflora incarnata* L.), Familie: Passifloraceae. Die wissenschaftliche Bezeichnung leitet sich von den lateinischen Hauptwörtern *passio* (= Leiden) und *flos* (= Blüte) ab und bezieht sich auf die auffallende Gestaltung der Blüte: Danach sollen die drei Narben die Nägel, der Fadenkranz die Dornenkrone, der Fruchtknoten den Kelch, die Staubbeutel die Wundmale, die Laubblätter die Lanze und die Ranken die Geißeln des gekreuzigten Christus darstellen. Im 16. Jahrhundert entdeckte der spanische Arzt Monares die Pflanze in Peru, wo sie bei den Eingeborenen ihrer wohlschmeckenden Früchte wegen beliebt war. Seit dem 18. Jahrhundert werden die *Passiflora*-Arten auch medizinisch verwendet. Als pharmakologisch aktive Verbindungen gelten Harmanalkaloide und Flavonoide. Harmanalkaloide wirken krampflösend auf glatte Muskeln, senken den Blutdruck und erweitern die Herzkranzgefäße. (Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MADDAUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel zur Verfügung gestellt.)