

INHALT

NATUR & HEILEN

DIE MONATSSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Heft 5/Mai 2001, 78. Jahrgang

LESERFORUM	4	TIPS	52
KURZ NOTIERT	6	Blütenpollen: Götterspeise für die Gesundheit · Bärlapp bei Vaginalzysten · Mit Apfelsaft und Olivenöl Gallensteine vertreiben	
Ferien auf dem Biohof · Gefahr durch Räucherfisch · Ernährungsverhalten beginnt im Mutterleib · Wie man das Gehirn auf Trab bringt · Keine ewige Haltbarkeit in der Tiefkühltruhe · Blut- hochdruck durch zuviel Harnsäure · Auch Vitamine stärken die Knochen · Diabetes durch Babykost? · Neue Studie bestätigt dramatische Zunahme von Allergien · BSE – eine Umwelterkrankung		BERATUNGSSERVICE	54
BEWUSST-SEIN	10	„Schmerzgedächtnis“ in Nerven löschen · Trombose bei Langstreckenflügen	
Die Freude wachsen lassen		AKTUELLE UMSCHAU	56
ERNÄHRUNG	12	Linus Pauling zum Hundertsten: Ehren- rettung für den Erfinder der Ortho- molekularen Medizin · Homöopathische Haus- und Notfallapotheke mit Begleit- buch	
Medizin-Mythos Cholesterin oder „Der Butter-Margarine-Krieg“		BÜCHER	58
ZAHNHEILKUNDE	24	FIRMENNACHRICHTEN	60
Zahn-Stress – Schmerzfrei durch einen gesunden Biss		PRIVATE KLEINANZEIGEN	61
MENSCH UND NATUR	34	ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	62
Gartenarbeit im Rhythmus von Sonne und Mond		TERMINE/TREFFPUNKTE	64
GESUNDES LEBEN	43	IMPRESSUM	65
Grünte-Extrakt gegen Übergewicht		ZU GUTER LETZT...	66
WISSENSWERTES	47	Getreide für den Ofen · P.S.	
Hörst du mein heimliches Rufen?			
SANFTE MEDIZIN	50		
Heilkräuteressig – Renaissance eines alten Naturheilmittels			



Titelbild: Trollblume, Goldknöpfchen (*Trollius europaeus* L.). Familie: Hahnenfußgewächse (Ranunculaceae). Zu den 29 Ranunkelarten gehört diese Staude mit dekorativen, handförmig geteilten Blättern. Die Trollblume ist heimisch in Europa, auf feuchten Wiesen. Die dottergelben Blüten schließen fast in einer Kugel zusammen, daher auch der häufig verwendete Name „Kugelranunkel“. Blütezeit: Mai - Juli. (Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MADAUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel, zur Verfügung gestellt).