



**MARKTOST**

**IN ENTHÄLT:**

Gerichte  
Lukten,

19 Rubriken

**KOSTLADEN.**

insenden

ältlich, ist  
s zu beziehen.

74 82 99

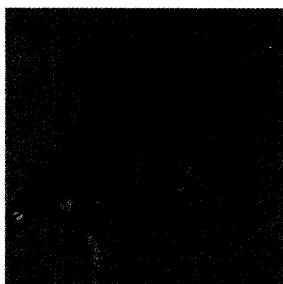
## INHALT

# NATUR & HEILEN

DIE MONATSZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Heft 10/Oktober 2001, 78. Jahrgang

<b>LESERFORUM</b>	<b>4</b>	<b>NATURHEILKUNDE</b>	<b>42</b>
<b>KURZ NOTIERT</b>	<b>6</b>	Erfolgsrezept bei Antibiotika-Resistenz: Biochirurgie durch Maden bei Wunden und Geschwüren – Eine altbewährte Therapie wird wiederentdeckt	
Kinder bestimmen selbst, was sie essen · Kontaktlinsen aus dem Internet: Vorsicht! · Mottenkugeln gehören zu den giftigsten Haushaltsprodukten · Schluß mit schusselig · Wettbewerbsverbot für Ärzte aufgehoben · Regenwürmer beleben den Boden · Zahn ausgeschlagen – so retten Sie den Beißer · Schlafmittel Löwenzahn · Hafer entgiftet · Erstes Ökosiegel für Heilsteine		<b>GESELLSCHAFT</b>	<b>44</b>
<b>BEWUSST-SEIN</b>	<b>10</b>	Schule in der Krise – Chance zu Änderungen? (2. Teil) Alternative Schulmodelle	
Sternstunden des Lebens		<b>TIPS</b>	<b>52</b>
<b>SANFTE MEDIZIN</b>	<b>12</b>	So stärken Sie Ihre Immunabwehr ohne Medikamente · Haarprobleme beseitigen mit Eigenurin · Senfbad bei Spannungskopfschmerzen	
Die Brassica-Medizin: Heilen mit dem Kohlblatt		<b>BERATUNGSSERVICE</b>	<b>54</b>
<b>FRAUENHEILKUNDE</b>	<b>22</b>	Neembaumöl gegen Hausstaubmilben · Gesundheitlicher Wert der Reissorten	
Hormone: Botinnen der Weiblichkeit (1. Teil) Vom ersten Blut bis zur letzten großen Pause		<b>AKTUELLE UMSCHAU</b>	<b>56</b>
<b>GESUNDES LEBEN</b>	<b>28</b>	El Salvador: Hilferuf an Spender · Häufig verharmlost: das chronische Erschöpfungssyndrom · Kritische Impf- aufklärung für Eltern	
Die Montignac-Methode: „Ich esse, um abzunehmen!“ Schlankwerden auf höchstem kulinarischen Niveau		<b>BÜCHER</b>	<b>58</b>
<b>GANZHEITLICH HEILEN</b>	<b>36</b>	<b>PRIVATE KLEINANZEIGEN</b>	<b>60</b>
Netzwerk Natürliche Heilweisen Ein Informationsdienst der besonderen Art		<b>ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT</b>	<b>62</b>
		<b>TERMINE/TREFFPUNKTE</b>	<b>64</b>
		<b>IMPRESSUM</b>	<b>65</b>
		<b>ZU GUTER LETZT...</b>	<b>66</b>
		Aldi steigt ins Öko-Geschäft ein · P.S.	



*Titelbild: Rizinus, Wunderbaum (Ricinus communis L.). Familie: Wolfsmilchgewächse. Die Heimat dieser Heil- und Giftpflanze sind die Tropen und Subtropen. Im Mittelmeerraum und auch bei uns in wärmeren Gegenden wird Rizinus als Zierpflanze kultiviert. Die großen, fingerartig gelappten Blätter erinnern an eine Hand, daher heißt Rizinus auch Palma Christi. Inhaltsstoffe: Das Rizinusöl besteht aus Glyceriden der Ricinolsäure. Die Samen dagegen enthalten die hochgiftigen Stoffe Ricinin und Ricin. Je nach Aufschluß können schon wenige Samen tödlich sein! Rizinusöl ist ein sehr bewährtes, stets sicher wirkendes Abführmittel, das oral oder als Klistier gegeben wird. Im Darm wird durch Enzymwirkung Ricinolsäure frei, die die Dampferistaltik kräftig anregt. Auch bei Hautkrankheiten sowie in Kosmetika findet Rizinusöl Verwendung. (Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MADALUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung Kreigel, zur Verfügung gestellt).*