

Deutscher Naturheilbund (Prießnitz-Bund) e.V.

Kreuzbergstraße 45
74564 Crailsheim



Gesundheit ist das größte Gut, das wir besitzen. Sie zu erhalten oder wiederzuerlangen ist eine lebenswichtige Aufgabe. Die Erreichung dieses hohen Zieles hängt aber vorwiegend vom Verhalten jedes einzelnen Bürgers ab, von der Selbstverantwortung für seine Gesundheit nach dem Motto: »Am besten hilft was ich selbst tue!«

Der Deutsche Naturheilbund unterstützt Sie dabei u. a. durch:

- die monatliche Zusendung der Verbandszeitschrift „Naturarzt“, die führende populärwissenschaftliche naturheilkundliche Monatszeitschrift und bleibendes Nachschlagewerk.
- Veranstaltungen und Übungskurse zu gesunder Lebensweise, Vorbeugung und Frühbehandlung von Gesundheitsstörungen.
- Adressen naturheilkundlich arbeitender Ärzte und Kliniken.
- Einfluß auf politische Entscheidungen »Gemeinsam erreichen wir mehr!« Schließen auch Sie sich uns an.

An den Deutschen Naturheilbund e.V.
Kreuzbergstraße 45
74564 Crailsheim, • Fax 0 79 51/455 68
www.naturheilbund.de
E-Mail: info@naturheilbund.de

Bitte zutreffendes ankreuzen:

- Ich will Mitglied in einem Ihrer Naturheilvereine werden und bitte, mir den für mich nächst erreichbaren zu nennen.
- Ich will Einzelmitglied im Deutschen Naturheilbund werden. Ab Monat _____ Jahresbeitrag € 37,20 (Inland) Beitrag für Einzelmitglieder im Ausland € 43,50
- Ich möchte eine Jahresmitgliedschaft verschenken. Anschrift des Empfängers:

- Verrechnungsscheck liegt bei
- Ich überweise dem Deutschen Naturheilbund zur Unterstützung seiner Arbeit eine Spende in Höhe von _____ €
Kto. 11 333 006, BLZ 622 910 20 Volksbank Crailsheim
- Ich bin an der Neugründung eines Naturheilvereines interessiert, weil in meiner Nähe noch keiner existiert.

Als Mitglied habe ich Anspruch auf Lieferung des Bundesorgans NATURARZT

Name: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____

Beruf: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Ermächtigung zum Bankeinzug des Mitgliedsbeitrages zu Lasten meines Girokontos

Nr.: _____

Bank: _____

PLZ, Ort: _____

BLZ: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Inhalt

NATURHEILWISSEN

Reizdarm

Hilfe für den gestreßten Darm 14
Dr. med. Hartmut Dorstewitz

Restless Legs Syndrom

Wie Sie die unruhigen Beine beruhigen können 17
Dr. med. Christel Papendick

Anatomie und Physiologie des Darms

Der Darm – mehr als ein Passage-Rohr 22
Dr. med. Rainer Matejka

Darmsanierung nach Antibiotika 24
Dr. med. Rainer Matejka

Nebenwirkungen pflanzlicher Heilmittel

Damit sanfte Medizin nicht gefährlich wird 25
Dr. med. Ulrike Novotny

GESUND LEBEN

Anti-Aging

Haltung statt Lifting und Jugendpillen 8
Dr. med. Claus Schulte-Uebbing

Anti-Aging-Tips des Ayur-Veda

Jung bleiben mit Öl, Butter und Wasser 11
Dr. phil. Karin Pirc

Bewusstsein

Verwundbar bleiben 33
Hildegard Willms-Beyard

Pro und Contra

Herdsanierung oder Gebißverstümmelung? 34
Dr. med. Wolfgang H. Koch
Dr. med. Dr. med. dent. Hans Jörg Staehle

GANZHEITLICH HEILEN

Was mir geholfen hat

Bauchspeicheldrüse streikte:
Enzyme als Verdauungshilfe 36
Kurt Schmidt

Fotos: Matejka (S. 3, 23), Photodisc (S. 8, 14), SuperStock (S. 10, 40), Schulte-Uebbing (S. 10), Pirc (S. 11, 13), Dorstewitz (S. 16), Mauritius (S. 17), Papendick (S. 21), F.X.Mayr-Zentrum Parkhotel Igls, Österreich (S. 23), Madaus (S. 25), Spohn (S. 25, 31), Novotny (S. 32), Koch (S. 34), Sraehle (S. 35), Schmiedel (S. 38), Schreiber (S. 38), Possin (S. 42), Stockfood (S. 43), Mayr (S. 46,47)
Grafiken: Ravens (S. 22, 34)