

2/2002

Tip des Monats

Mit Honig die Abwehrkräfte stärken 36
Eva Aschenbrenner

Aus der ärztlichen Praxis

Klimakterium: Aderlaß ersetzt Regelblutung 37
Dr. med. Gabriele Tille

Naturheilverständlicher Rat

Ständiger Harndrang 38
Dr. med. Volker Schmiedel

Gerissenes Bindegewebe 38
Dr. med. Michael Schreiber

BEWUSST ERNÄHREN

Ernährung und Haut

Schönheit geht durch den Magen 40
Dipl. oec. troph. Roland Possin

Ballaststoffe

Mit jeder Faser ein „Biß“chen vitaler 43
Dipl. oec. troph. Markus Keller
Prof. Dr. rer. nat. Claus Leitzmann

Schwarzwurzel

Der Spargel des Winters 46
Diplom-Diätküchenmeister Peter Mayr

... UND AUSSERDEM

Editorial	3
Leserforum	6
Für Sie notiert	48
Impressum	55
Vorschau	55

Zum Titelbild:
Als Fractalia bezeichnet man Strukturen, die auf den ersten Blick chaotisch anmuten, in Wirklichkeit jedoch nach ganz bestimmten mathematischen Gesetzen angeordnet sind. Diesem Prinzip entsprechen viele komplizierte biologische Strukturen, zum Beispiel die Bestandteile des Innenohrs: Die für das Gleichgewicht zuständigen Bögen, wie auch das eigentliche Gehörorgan, das sich in der Schnecke verbirgt.



Einhefter,
nur in einem Teil
der Auflage
Seite 27-30

Gesundheit aus aller Welt

Originalprodukte direkt *billiger* lieferbar
von der Internationalen Apotheke der
Niederlande

REGAINE, H 15, PUSH UP, SPES, PADMA,
COSAMIN DS, WOBENZYM N, BMI 23,
DEVILS CLAW

UND NOCH WEITERE 38.000 PRODUKTE

NAHRUNGSERGÄNZUNG

ORTHICA, SOLGAR, KAL,
MELATOMATIN, NATROL, TWINLAB

HOMÖOPATHIE

Dr. VOGEL, DHU, SANUM

KRÄUTER

VITELLE

KOSMETIK

VICHY

BLÜTENTHERAPIE

Dr. BACH

Jetzt ist es möglich direkt von dem
bequemen Stuhl ohne weiteres zu
bestellen, statt andernfalls Schlange
bei ihrer Apotheke zu stehen

DAS GEBÜHRENFREIE

BESTELL-TELEFON : 0800 18 11 643

BESTELL-TELEFAX : 0031 77 35 41 102

E-MAIL : info@pro-sanitas.nl

Die Zahlung erfolgt per Nachnahme
oder per Bankeinzug die Lieferung
erfolgt innerhalb 3 Tagen nach
Auftragseingang

PRO SANITAS: IHRE HAUSAPOTHEKE



GRATISKATALOG ANFORDERN!
AUCH *USA* SPITZENPRODUKTE

PRO
SANITAS
INTERNATIONAL

Puteanusstraat 33 NL-5912 VA Venlo