

kräuter
r nach
Clark!

en von dort
k ihre eigenen
schickt.

dardgemäss!

er Angebot!

ch für Heilpraktiker
rsand aus Holland
k Zentrum

Blattseite 12
NACHENBUCHSEE

www.drclark.net
0041-31-868 3132

SALZ

g-VERTRIEB



ft und empfohlen
on der IGEF

duktinfo an!

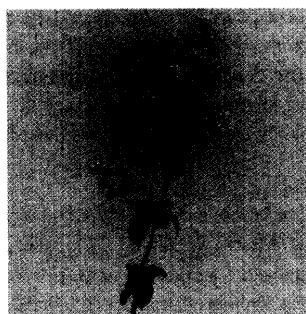
INHALT

NATUR & HEILEN

DIE MONATZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Heft 8/August 2002, 79. Jahrgang

LESERFORUM	4	TIPS	52
KURZ NOTIERT	6	Urlaub: Bei Reisekrankheit gibt es auch alternative Heilmittel · Sanddornfrucht-fleischöl bei Neurodermitis · Schwarzkümmelöl vertreibt Heuschnupfen	
Glückshormon Serotonin treibt Tumorzellen in den Selbstmord · Zitronensaft gegen Flugthrombose · Strahlende Kopfhörer · Vielfach ist Gentechnik drin, wo sie nicht drauf steht · Beeren machen Gefäße fit · Herzranke: Körperliche Anstrengung am Morgen meiden · Lavendel stärkt das Gedächtnis · Honig schützt das Blut · Kluge Kleinkinder · Hanföl hemmt Entzündungen · Warnung vor Parkinson-Symptomen nach Ritalin-Einnahme		BERATUNGSSERVICE	54
BEWUSST-SEIN	10	Restless-Legs: Wenn die Unruhe und das Zucken in den Beinen unerträglich wird · Homöopathische Behandlung der Borreliose	
Der Sinn meines Lebens		AKTUELLE UMSCHAU	56
GESUNDES LEBEN	14	Hochwertige Fleischalternativen aus Süßlupinen · Acrylamid auf dem Teller und der Haut · Mehr Information für den Patienten	
Warum Bio?		BÜCHER	58
GANZHEITLICH HEILEN	20	PRIVATE KLEINANZEIGEN	61
Guolin-Qigong – Mit Windatmung gegen Krebs		FIRMENNACHRICHTEN	61
MENSCH UND UMWELT	26	ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	62
Der Klimawandel auf der Erde		TERMINE/TREFFPUNKTE	64
ERNÄHRUNG	32	IMPRESSUM	65
Die Rohkost-Kontroverse		ZU GUTER LETZT...	66
GANZHEITLICH LEBEN	43	Sieg gegen gentec-Food · P.S.	
Urlaub fürs (gesunde) Leben 2. Teil: Der Lockruf der Wildnis			
WISSENSWERTES	48		
Bandscheibenschäden – Operation häufig überflüssig			



Titelbild: Echter Dost, wilder Majoran (*Origanum vulgare*). Familie: Lippenblüter (Labiatae). Diese stark aromatische und herb schmeckende Pflanze ist im Mittelmeergebiet beheimatet. Ihre arzneilich wirkenden Stoffe sind ätherische Öle (Thymol, Carvacrol), Bitter- und Gerbstoffe. Schon in der Antike wurde der wilde Majoran als Gewürz und als Antidotum bei Vergiftungen gebraucht. Der Dost-Tee ist ein ausgezeichnetes Mittel bei Magen-Darbeschwerden und Leber- und Gallenblasenerkrankungen. Husten, Asthma sowie Bronchitis werden ebenfalls mit dieser Heilpflanze behandelt. Das homöopathische Mittel *Origanum vulgare* wird auch bei Sexualstörungen eingesetzt. (Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MADAUS AG Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel, zur Verfügung gestellt).