

en sind nur  
ysisch und

en USA,  
wird.

tsstufen,

ge Menschen,  
en vollbringen.

rt-Energie

(Kissen-, Bett-,  
erapiebuch und

490,00

unsch Teilzahlung

www.sanotex.de

r gleich bestellen:

5 65 66

sanotex.de

salz

G-VERTRIEB



üft und empfohlen  
von der IGEF

oduktinfo an!

## INHALT

# NATUR & HEILEN

DIE MONATZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Heft 9/September 2002, 79. Jahrgang

**LESERFORUM** 4

**KURZ NOTIERT** 6

Apfelsaft hält Adern sauber · Gehirn filtert Sprache · Kupfer konserviert · Lehrfilm über das Familienstellen · Vorsicht bei Trockenpilzen · Fisch reduziert Risiko einer Frühgeburt · Ohne böse Überraschungen zum Eigenheim · Asthma-Gen wird nur bei Bewegungsmangel aktiv · Gestikulieren hilft beim Denken · Rapsöl schützt das Herz · Putzlappen und Spülbürsten erneuern

**BEWUSST-SEIN** 10

Leise kommt das Wichtige zu dir

**ERNÄHRUNG** 12

Das Müesli feiert 100. Geburtstag

**ZUR DISKUSSION** 22

Die PISA-Studie und ihre Folgen

**HOMÖOPATHIE** 30

Die Krebstherapie in der Klassischen Homöopathie

**ERNÄHRUNG** 36

Die Wunder der Traubenkur

**INTERVIEW** 42

Die heilsame Kraft der Sprache

**KÖRPER UND SEELE** 47

Hoffnung für den Rücken  
(1. Teil) Rückenschmerzen:  
Heilung durch Bewegung

**TIPS** 52

Bierhefe – hochwertige Nahrungs-  
ergänzung für Leber, Herz und Haut ·  
Umkaloabo bei Bronchitis und Sinusitis ·  
Heißes Wasser als Heilmittel

**BERATUNGSSERVICE** 54

Taigawurzel für eine bessere  
Konzentration · Fibromyalgie:  
Traditionelle Chinesische Medizin  
statt Rollstuhl

**AKTUELLE UMSCHAU** 56

Die wirklichen Anwälte der  
Verbraucher

**BÜCHER** 58

**PRIVATE KLEINANZEIGEN** 61

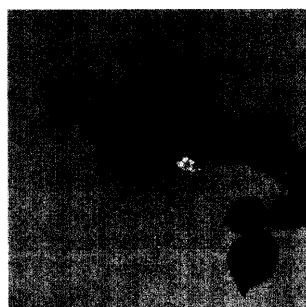
**ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT** 62

**TERMINE/TREFFPUNKTE** 64

**IMPRESSUM** 65

**ZU GUTER LETZT...** 66

Gesundheitskasse der Zukunft · P.S.



Titelbild: Brombeere (*Rubus fruticosus* L.), Familie: Rosaceen (Rosengewächse). Der dornige, oft bis zwei Meter hohe Strauch war schon den Römern bekannt. Von Mai bis August erscheinen die weißen bis rosa gefärbten Blüten, aus denen schwarz-glänzende saftige Beeren entstehen. Brombeerblätter enthalten Gerbstoffe, Flavone, ätherische Säuren. Gemischt mit Himbeerblättern (*Rubus idaeus* L.) ergeben sie einen angenehm schmeckenden Haustee. Besonderes Interesse finden die aromatischen Früchte, die als Kompott, Marmelade und Saft sehr geschätzt werden. Als Likörzusatz und Brombeerwein nutzt man sie ebenfalls. (Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MAD AUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel, zur Verfügung gestellt).