

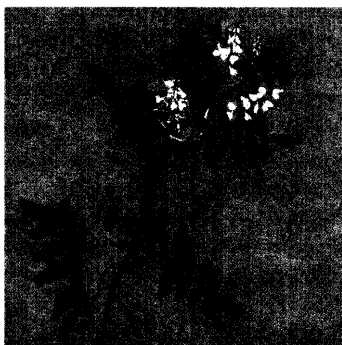
INHALT

NATUR & HEILEN

DIE MONATSSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Heft 11/November 2002, 79. Jahrgang

LESERFORUM	4	PFLANZENHEILKUNDE	49
KURZ NOTIERT	6	Die Heilpflanze der Aborigines. Manuka: Eine ganz spezielle Teebaum-Sorte	
Vitamin B hilft dem Gedächtnis · Geistiges Heilen im Internet · Bau- physikalische Erkenntnisse über das Lüften · Grüner Tee schützt vor Sonnenbrand · Cholesterin allein sagt zu wenig über Gesundheits- risiken aus · Vitamin C gegen Magen- krebs · Perfekte Lieferanten für Selen · Medien in Kinderhand: Ratgeber hilft		TIPS	52
BEWUSST-SEIN	10	Herbstliche Entschlackung mit einem „Birnen-Tag“ · Mit Spenglersan G gegen Heliobacter pylori · Thymian-Hustentee	
Liebe und Angst		BERATUNGSSERVICE	54
SANFTE MEDIZIN	12	Die Wirkung von Musik auf den Menschen wissenschaftlich untersucht · Mundgeruch – was tun?	
Sanfte Tröster für die Seele (1. Teil)		AKTUELLE UMSCHAU	56
FRAUENHEILKUNDE	21	Teure Hochstapelei: „Functional Food“	
Pap, CIN und HPV – Zellveränderungen am Gebärmutterhals. Wissenswertes zu Abstrich, Diagnostik und Therapie		BÜCHER	58
WEGE NACH INNEN	28	PRIVATE KLEINANZEIGEN	60
Endlich mal den Stresß ausatmen. Interview mit Saki Santorelli		FIRMENNACHRICHTEN	61
SANFTE MEDIZIN	36	ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	62
„Heidelberger's Sieben-Kräuter-Pulver“		TERMINE/TREFFPUNKTE	64
NATURHEILKUNDE	45	IMPRESSUM	65
Die Elektrotherapie – zu Unrecht vernachlässigt		ZU GUTER LETZT...	66
		Impfungen immer öfter hinterfragt · P.S.	



Titelbild: Geißraute (*Galega officinalis* L.), Familie: Fabaceae (Schmetterlingsblütengewächse). Diese ausdauernde Pflanze, die auf feuchten, sumpfigen Wiesen, an Ufern und in Gebüschern wächst, sollte viel mehr als Heil- und Zierpflanze angebaut werden. In der Volksheilkunde wird die Geißraute, deren großen Blüten von bläulich-weißer Farbe sind, als harn- und schweißtreibendes Mittel, bei Verdauungs- und Stoffwechselstörungen und vor allem als vorzügliches Mittel zur Erhöhung der Milchsekretion stillender Frauen empfohlen. (Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MADDAUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel, zur Verfügung gestellt).