

n immer
en ...

Interessierten

urch die

erscheinung aus dem
Homöopathie-
Gauting finden Sie
auf die wichtig-
sten zur Homöopathie
Adressen überprüf-
peuten
Vergleich der wichtig-
sten-Zusatzver-
gen.

andel oder den
erlag
2131 Gauting
9/89 02 00 90
e

ng-Vertrieb

use und am Arbeitsplatz!

n aus der Raumluft

Nur 119.90 €

aus, durch Verneblung
Kristallsalz Sole

achten!

INHALT

NATUR & HEILEN

DIE MONATZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

Heft 12/Dezember 2002, 79. Jahrgang

LESERFORUM

KURZ NOTIERT

Chemotherapie und Krebs · Feucht-
Tücher: Boden für Allergien · Frauen
schlafen schlechter · Wer viel tobt,
lernt besser · Es lebe die Mittagspause
· Ab 70: 1 Mal pro Woche Sport ·
Nikotinsucht im Ein-Stunden-Takt ·
Pummelig – weil die Mutter rauchte?
· Schweiß enthält Antibiotikum · Men-
schen mit Epilepsie nicht ausgrenzen

BEWUSST-SEIN

Das Zeugnis der Erfahrung

GESUNDES LEBEN

Die exotischen Heiltees

WEGE NACH INNEN

„Der Mensch von morgen wird ein
Liebender sein, oder er wird nicht
mehr sein.“

Interview mit Christina Kessler

KÖRPER UND SEELE

Body Electronics –
Durch Dauer-Akupressur zur Heilung
und Verjüngung

UNSERE PFLANZEN – UNSERE HEILMITTEL

Yacon – Die Lebenswurzel aus Peru

SANFTE MEDIZIN

Schlaganfall – Der Schlag kommt
selten aus heiterem Himmel.
1. Teil: Alarmsignale und vorbeugende
Maßnahmen

4 SANFTE MEDIZIN 47
Sanfte Tröster für die Seele (2. Teil)

6 TIPS 52
Heißer Genuß mit Schuß: Es muß
nicht immer Glühwein sein · Gute
Laune für die Liebe · Haferbrei zur
Abwehrstärkung

BERATUNGSSERVICE 54
Serotonin · Klärschlamm in Joghurt?

10 AKTUELLE UMSCHAU 56
VCD-Faltblatt zum neuen Preis-
system der Deutschen Bahn ·
Verband Baubiologie gegründet ·

12 GEGEN DEN WEIHNACHTSSTREß IN 60
Familien · Krebs und Chromosomen-
schäden durch Fenchel

23 BÜCHER 58

PRIVATE KLEINANZEIGEN 60

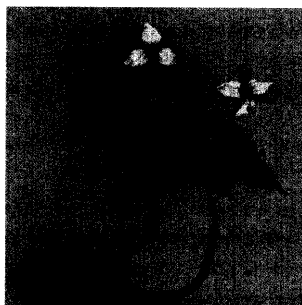
ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT 62

28 TERMINE/TREFFPUNKTE 64

IMPRESSUM 65

34 ZU GUTER LETZT... 66
Eigenmotivation wichtiger als Abitur-
noten · P.S.

36



Titelbild: Waldlilie, Dreiblatt (Trillium erectum), Familie: Liliaceae. Diese bis 40 cm hohe Pflanze ist heimisch in Nordamerika, wo die Indianer verschiedene Trillium-Arten verwendeten, um die Geburt zu beschleunigen, und bei starken Periodenschmerzen. Heute noch ist Trillium ein bewährtes Mittel zur Geburtserleichterung und bei zu starker Blutungsintensität. Man setzt sie auch bei durch Gebärmuttermyome verursachten Blutungen ein. Während der Schwangerschaft ist von der Einnahme der Waldlilie abzuraten. (Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MADDAUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel, zur Verfügung gestellt).