

2/2004

Was mir geholfen hat

6er-Tee linderte Gelenkentzündung 37
Ingeborg Aigner

Tip des Monats

**Mit optimalem Atemrhythmus
den Kopf freimachen** 37
Renate Dodell

Naturheilärztlicher Rat

Schilddrüsenvergrößerung 38
Dr. med. Burkhard Flechsig

BEWUSST ERNÄHREN

Orangen, Zitronen, Mandarinen und Co
Zitrusfrüchte täglich auf dem Speiseplan? 40
Dipl. oec. troph. Karin Possin

Kreuzallergien
Wenn Pollenallergiker keine Kiwis vertragen .. 44
Dipl. oec. troph. Elisabeth Dietz

Buchweizen
Allergenarmer Eiweißkünstler 46
Peter Mayr, Diplom-Diätküchenmeister

... UND AUSSERDEM

Editorial	3
Leserforum	6
Bücher	39
Für Sie notiert	48
Auflösung des Januar-Rätsels	48
Impressum	55
Vorschau	55
Rätsel	55

Zum Titelbild:

Der Herzmuskel, Myokard, vereinigt die Vorteile der beiden anderen unterschiedlichen Muskelsysteme unseres Körpers. Die verzweigten Muskelfasern arbeiten kräftig und schnell, ähnlich wie die gestreifte Skelettmuskulatur. Gleichzeitig arbeiten sie aber ausdauernd und von unserem Willen unabhängig, ähnlich wie die glatte Muskulatur der inneren Organe.

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



Der **micraVISION**-Therapie-computer verbindet moderne Elektronik mit fundiertem Wissen um die Funktionsweise des menschlichen Körpers. Er eröffnet bisher ungeahnte Möglichkeiten, das körperliche Wohlergehen zu steigern.

Der **micraVISION**-Therapie-computer ist universell einsetzbar – zur Vorbeugung ebenso wie zur Nachsorge und Therapie. **micraVISION** stärkt Ihren gesamten Organismus.

Mögliche Anwendungsgebiete (Auszug):

- ☉ Stoffwechselerleichterung und -unterstützung
- ☉ Entsäuerung der Zelle
- ☉ Darmentschlackung
- ☉ Hautprobleme
- ☉ Immunschwäche
- ☉ HWS-Syndrom
- ☉ Knochen- und Gelenkprobleme
- ☉ Migräne
- ☉ Schmerzen
- ☉ u.v.a.m.

**Nehmen Sie Ihre
Gesundheit selbst
in die Hand!**