

# Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

kennen Sie den Unterschied zwischen Allopathie, Homöopathie und Phytotherapie? Falls Sie zu den wenigen Menschen gehören, die diese Frage mit „Ja“ beantworten, brauchen Sie den Artikel auf S. 14 nicht aufzuschlagen. Zögern Sie aber mit Ihrer Antwort, so erfahren Sie dort, was diese Begriffe, die über den meisten Apotheken zu lesen sind, wirklich bedeuten.

Seit Anfang diesen Jahres bekommen Kassenpatienten rezeptfreie Arzneimittel – und damit auch die meisten Naturheilmittel – nur noch ausnahmsweise erstattet. Lediglich Kindern bis 12 Jahre bzw. Jugendlichen mit Entwicklungsstörungen bis zum vollendeten 18. Lebensjahr darf der Arzt nach wie vor alle apothekenpflichtigen Arzneimittel verordnen. Alle anderen sind bis auf wenige Ausnahmen Selbstzahler.

Das sollte Sie aber bitte nicht dazu verführen, in der Hoffnung auf „Schnäppchenpreise“ Naturheilmittel im Supermarkt zu suchen! Wie Sie auf S. 7 lesen können, spielt gerade bei diesen Arzneimitteln die Qualität eine entscheidende Rolle. Bitten Sie lieber Ihren Arzt, Ihnen ein Grünes Rezept auszustellen. Das hat noch einen zusätzlichen Vorteil: Eingelöste Grüne Rezepte können Sie sammeln und am Jahresende steuerlich geltend machen.



*Dr. Marcela Ullmann*

Dr. Marcela Ullmann

## Inhalt

<b>Zyklusstörungen: Alle Monate wieder – die Regel</b> Probleme mit der Periode sind eine häufige Ursache für unerfüllten Babywunsch .....	<b>4</b>
<b>Die Heilpflanze des Monats: Agnus Castus</b> Wie aus einer „Pflanze für einsame Männer“ ein „Frauenkraut“ wurde .....	<b>6</b>
<b>Naturheilmittel: Die Qualität spielt eine wichtige Rolle</b> Ein Interview mit Professor Dr. Michael Popp .....	<b>7</b>
<b>Herz: Fitness ist immer eine Herzensangelegenheit</b> Wichtige Tipps für Kreislauf und Durchblutung .....	<b>8</b>
<b>Aktuelles: Kurz berichtet über Blutegel bei Arthrose, Fischöl gegen Herzinfarkt, Schadstoffe in Muttermilch und einiges mehr .....</b>	<b>11</b>
<b>Infekte: Erkältung – Rettung für rote Nasen</b> Eine gesunde Nase ist nicht nur Voraussetzung für Freude am Essen und Trinken: Auch in der Liebe braucht man einen guten Riecher .....	<b>12</b>
<b>Medikamente: Allopathie, Homöopathie, Phytotherapie – kennen Sie den Unterschied?</b> Ein kleiner Wegweiser durch die oft verwirrenden Begriffe .....	<b>14</b>

## Impressum

**Redaktion:**  
Chefredaktion  
Dr. Marcela Ullmann (ul, Vi.S.d.P.)  
Lajos Schöne (ls)  
D-80331 München  
Marienplatz 3  
Fon 089 / 29 47 70  
Fax 089 / 29 47 75  
E-Mail: [redbuero\\_ull@web.de](mailto:redbuero_ull@web.de)

**Wissenschaftliche Beratung:**  
Komitee Forschung Naturmedizin e.V.,  
München

**Verlag:**  
Kirchheim + Co GmbH  
Postfach 25 24  
D-55015 Mainz  
Fon 06131 / 9 60 70 - 0  
Fax 06131 / 9 60 70 - 70  
E-Mail: [info@kirchheim-verlag.de](mailto:info@kirchheim-verlag.de)  
Internet: [www.kirchheim-verlag.de](http://www.kirchheim-verlag.de)

**Geschäftsführer:** Manuel Ickrath

**Anzeigenleitung:** Andreas Görner  
Fon 06131 / 9 60 70 - 12

**Design und Herstellung:**  
bickel+justus, München

**Druck:** Konradin Druck GmbH,  
Kohlhammerstraße 1-15  
D-70771 Leinfelden-Echterdingen

**Abbildungen:** Print Service (12, 13);  
Mauritius (1, 8, 9, 10, 11, 12, 14);  
KFN (4, 5, 6, 7); justus (6, 15)