

Länger und gesünder leben

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

ZB MED

GRATIS

Wenn Pillen krank machen

Liebe Leserin, lieber Leser,

ein Kollege berichtete erst kürzlich im angesehenen *British Medical Journal* über eine Geschichte, die er selbst erlebt hat. Seine über 90 Jahre alte Großmutter, geistig und körperlich topfit, verfiel auf erschreckende Weise innerhalb nur eines Monats zusehends. Plötzliche „Altersschwäche“?

Nein! Weit gefehlt. Dank seines Fachwissens konnte mein Kollege den Pillen-Cocktail, den seine Großmutter gegen Blasenschwäche verordnet bekommen hatte, als Ursache identifizieren. Mit Zustimmung des Arztes setzte sie die Einnahme aus – und siehe da: Sie erholte sich umgehend.

Bitte nehmen Sie diese wahre Begebenheit jetzt nicht zum Anlass, Ihre Medikamente wegzuworfen. Viel wichtiger ist, dass Sie genau Bescheid wissen über die Nebenwirkungen und welche Kombinationen Sie auf gar keinen Fall einnehmen sollten.

Bedenken Sie nur einmal folgendes Beispiel: Es gibt über 300 Medikamente, die eine Entzündung der Bauchspeicheldrüse auslösen können! Was hilft: Informieren Sie sich regelmäßig über die neuesten Studien weltweit, die aktuellsten Medikamente im Test und in der Zulassung, mit unabhängigen und neutralen Informationen, frei von jeglichem Einfluss der Pharmaindustrie und ohne Anzeigenwerbung. Bleiben Sie wachsam und kritisch.

Dazu lade ich Sie heute ganz herzlich ein. *Länger und gesünder leben* wird Sie dabei unterstützen.



Ihr
Ulrich Fricke
Dr. Ulrich Fricke
(Chefredakteur)

25. A
5984
ZB MED

Herzkrankheiten – der Killer Nr. 1 in Deutschland

Wie gefährdet sind Sie wirklich?

Ein neuer Selbsttest der Universität Münster zeigt Ihnen, wie hoch Ihr Herzinfarkt-Risiko in den nächsten 10 Jahren ist

Gefahr erkannt – Gefahr gebannt!“ Wenn es nur immer so einfach wäre! Bei der Frage, wie groß Ihr Herzinfarktrisiko ist, ist es wirklich einfach, wirkungsvoll gegenzusteuern, solange noch Zeit ist. Denn Sie können der drohenden Gefahr aktiv entgegenwirken.

5 Sofortmaßnahmen, mit denen Sie Ihr Herzinfarkt-Risiko halbieren

Die 5 wichtigsten Sofortmaßnahmen zum Herzschutz wurden in Schottland und Finnland in großflächigen Aufklärungskampagnen bekannt

gemacht – und das mit einem beeindruckenden Ergebnis: Die Todesraten sanken um bis zu 50 %!

Solange in Deutschland noch immer jeder zweite Todesfall auf eine Herzerkrankung zurückgeht, und der Herztod oft ohne Vorwarnung zuschlägt, solange ist klar, dass Unwissenheit über das persönliche Risiko die größte Gefahr darstellt.

■ Diese 6 Risikofaktoren in Ihren Gefäßen fördern die Arteriosklerose und damit den Herzinfarkt. Ein einzelnes Vitamin kann 5 dieser 6 Risikofaktoren ausschalten.

Fortsetzung auf Seite 2

In dieser Ausgabe

Testen Sie sich selbst: **Wie gesund ist Ihr Herz?** Seite 2

Osteoporose: Auch Männer sind betroffen – so senken Sie Ihr Knochenbruchrisiko Seite 3

Bewegung, gesunde Ernährung und richtige Belastung halten Ihre Gelenke gesund – Mit diesen 3 Alltagsübungen schützen Sie sich vor Arthrose Seite 4

Brustkrebs: Neue Heilungschancen durch Hormonblocker Seite 6

So verbannen Sie Krankheiten und Müdigkeit aus Ihrem Körper .. Seite 9

Nehmen Sie eines dieser 14 Präparate und fühlen sich immer noch unwohl? Hier lesen Sie, warum Seite 10

Sicherheit von Vitaminen: Lassen Sie sich nicht verunsichern – Auch bei höherer Dosierung haben die meisten Vitamine keine Nebenwirkungen! Seite 10

Natürliche Schmerzmittel: Heilpflanzen und Vitalstoffe schonen Leber und Geldbeutel Seite 11

Asthma: Dieses Spurenelement kann den Einsatz von Kortison bis zu 75 % senken! Seite 12