

Länger und gesünder leben

9/2005

SEPTEMBER

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

Hypnose als Therapie

Liebe Leserin!
Lieber Leser!

Manchmal bin ich selbst überrascht, wie erfolgreich alternative Heilmethoden tatsächlich sein können. So hatte ich bei unserer langjährigen Autorin Dr. Heidrun Gallas einen Beitrag zum Thema Hypnose in Auftrag gegeben. Ingeheim dachte ich, dass da wohl kaum mehr als eine Seite an Informationen zusammenkäme. Aber weit gefehlt! Der doppelte Platz reicht kaum aus, um Ihnen die Erfolge dieser Methode auf den Seiten 8 und 9 auch nur annähernd komplett zu präsentieren.

Von den guten Erfolgen bei der Raucherentwöhnung und bei der Bewältigung von Ängsten hatte ich bereits gehört. Viele neue Forschungsergebnisse belegen jedoch, dass die Hypnose Sie auch von körperlichen Leiden wie Migräne, Verdauungsproblemen oder Inkontinenz befreien kann. Und am meisten haben mich die Ergebnisse in der Schmerztherapie beeindruckt. Ich gehe sogar so weit zu sagen: Jeder Schmerzpatient sollte das Verfahren kennen! Es ist wirksamer als das stärkste Schmerzmittel und dabei vollkommen frei von Nebenwirkungen.

Die Hypnose ist Medizin, wie ich Sie mir vorstelle und Ihnen immer wieder neu ans Herz lege: sanft, wissenschaftlich fundiert und überaus effektiv. Probieren Sie es aus!

Ihr

Ulrich Fricke

Dr. Ulrich Fricke
Chefredakteur



Zs A
5984

ZB MED

Sodbrennen

Kehrtwende in der Therapie: Warum Schulmedizin nicht mehr erste Wahl ist

Alte Therapiestrategien geraten immer mehr ins Wanken. Neue Studien zeigen, dass Sie bei Sodbrennen nur in Extremfällen dauerhaft Medikamente schlucken müssen, die mit Nebenwirkungen behaftet sind. Auch eine Operation an der Speiseröhre kann heute durch sanftere ambulante Eingriffe ersetzt werden. Und was die wenigsten wissen: In 80 % der Fälle genügen sogar einfache Verhaltensregeln, um die Beschwerden in den Griff zu bekommen.

Hätten Sie gewusst, mit welchen Medikamenten die Pharma-Firmen weltweit den größten Umsatz machen? An erster Stelle stehen die Cholesterinsenker, aber knapp dahinter rangieren mit 25 Milliarden Dollar Jahresumsatz bereits die so genannten Säurehemmer. Das sind Mittel, die u. a. gegen Sodbrennen verordnet werden und uns vor unserer eigenen Magensäure schützen sollen.

Doch acht von zehn Patienten könnten ohne diese Medikamente auskom-

men, die mit vielen Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen oder Durchfall verbunden sind. Denn in den meisten Fällen genügen natürliche Therapieverfahren und kleine Kniffe im Alltag, um die Säureattacken einzudämmen.

Nächtliches Sodbrennen ist ein Fall für den Arzt

Mittlerweile leidet fast jeder fünfte deutsche Erwachsene mehr oder weniger ausgeprägt an Sodbrennen. Die Hauptursache ist eine Schwäche des Ringmuskels (Sphinkter) am un-

In dieser Ausgabe

Sodbrennen

Kehrtwende in der Therapie: Warum Schulmedizin nicht mehr erste Wahl ist 1

Schlüsselloch-Chirurgie

Wann Sie besser die Finger davon lassen sollten 4

Tinnitus

Mit Selen und Coenzym Q10 stoppen Sie die quälenden Ohrgeräusche 5

Blutfette

Triglyceride – so schalten Sie den unterschätzten Risikofaktor aus ... 7

Hypnose

Endlich schmerzfrei durch Appelle an das Unterbewusstsein 8

Guajak-Harz

Eine südamerikanische Heilpflanze stoppt Bronchitis, Rheuma und Gicht 10

AKTUELLES

Krebsdiagnose – Dunkelfeldmikroskopie versagt • Heuschnupfen – Homöopathisches Mittel erfolgreich • Herzschwäche – Testosteron verbessert die Leistungsfähigkeit 11

Viagra – Gefahr für das Augenlicht?

• Bluthochdruck – Schon leichtes Ab-specken zeigt Erfolge • Geistige Fitness – Schrumpfendes Gehirn hat keine Auswirkungen • Eisen – Präparate nur bei Mangel sinnvoll 12