

# BM

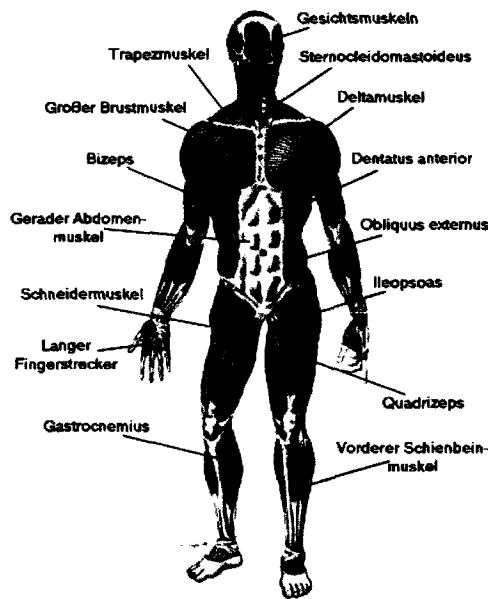
BIOLOGISCHE MEDIZIN

3

Offizielles Organ folgender Gesellschaften:  
 Internationale Gesellschaft für Biologische Medizin e. V.,  
 Internationale Gesellschaft für Homöopathie  
 und Homotoxikologie e. V.,  
 Hufelandgesellschaft für Gesamtmedizin e. V.



Seite 100 Anti-Aging-Maßnahmen – damit auch die reiferen Jahrgänge noch flott und munter bleiben



Seite 108 Bei Schlafstörungen kann Entspannung durch Progressive Muskelrelaxation helfen. Verschiedene Muskelgruppen werden dabei angesprochen

## Magazin

GSAAM: Anti-Aging-Maßnahmen und Prävention mit naturheilkundlichen Mitteln ..... 100

Heilpraktikerkongress: Notfall in der HP-Naturheilkundepraxis ..... 102

## Schwerpunktthema Schlafstörungen

Ulrich Voderholzer, Dieter Riemann  
 Ursachen und Therapie von Schlafstörungen  
*Causes and treatment of sleep disturbances* ..... 103

Christian W. Engelbert  
 Schlafstörungen und Progressive Muskelrelaxation  
*Sleep disturbances and Progressive muscle relaxation* ..... 108

Karin Kraft  
 Schlafstörungen und zirkadiane Rhythmen  
*Sleep disturbances and circadian cycles* ..... 112

## Forschung und Praxis

Manfred Rimpler, Elmar Weiler, Klaus Brill  
 Vorsorgender Schutz gegen gepulste elektromagnetische Strahlen und Felder  
*Preventive protection against eletromagnetic radiation and fields* ..... 118

Kurzfassung: Vertigoheel® verbessert die Mikrozirkulation ..... 122

Johann van Limburg Stirum  
 Neue Konzepte in der Säure-Basen-Medizin  
*New concepts in acid base medicine* ..... 124