

NATUR & HEILEN INHALT

Dezember 2005

DIE MONATSZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

LESERFORUM	4	TIPPS	52
KURZ NOTIERT	6	Wie sich schmackhaftes Gebäck ohne Milch und Eier herstellen lässt · Geschwollene Beine · Apfeltee bei Erkältung	
Meditation als Mittel gegen Bluthochdruck · Soziales Engagement gekrönt · Jod – das unterschätzte Risiko · Viele Menschen trinken bei der Arbeit zu wenig · Fußweg zur Arbeit schützt das Gehirn vor einem Schlaganfall · Antibakterielle Eigenschaften bestimmter Holzarten · Mehr Hirnschläge nach Hormoneinnahmen · Stress verzögert Wundheilung		BERATUNGSSERVICE	54
BEWUSST-SEIN	10	Altbewährte Blutegeltherapie bei vielen Beschwerden · Schmerzhafte Krämpfe in den Oberschenkeln	
Liebe – Stille – Einheit – Öffnung		AKTUELLE UMSCHAU	56
GANZHEITLICH HEILEN	14	Stiftung Warentest verweist Homöopathie und Traditionelle Chinesische Medizin · Leitfaden für Ärzte über gefährliche Chemikalien	
Emil Coué – Über die Macht der Autosuggestion (1. Teil)		BÜCHER	58
WISSENSWERTES	20	FIRMENNACHRICHTEN	60
Die Vogelgrippe – eine Herausforderung für die Menschheit		ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	61
PFLANZENHEILKUNDE	28	PRIVATE KLEINANZEIGEN	63
Die neue Dimension der Heilpflanzentherapie: Wesen & seelische Wirkung von ausgewählten Arzneipflanzen		TERMINE/TREFFPUNKTE	64
WEGE NACH INNEN	36	IMPRESSUM	65
Spiritualität findet mitten im Leben statt		ZU GUTER LETZT...	66
GESUNDES LEBEN	42	In Deutschland lässt es sich gut leben · P.S.	
Die Zedernuss – Königin der Taiga			
WISSENSWERTES	46		
Therapien mit Folgen: Die Schattenseiten der modernen Medizin (2. Teil)			



Titelbild: Sanddorn (*Hippophae rhamnoides* L.). Familie: Elaeagnaceae (Ölweidengewächse). (Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MAD AUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel, zur Verfügung gestellt.)

