

er/in
günstig

821/3495151
g.de

ando

carterii

z in Kapseln
hütstem Anbau
Schwermetall-

rade
m-bv.com

SSIC.

CLASSIC

Schutz.

Sie mit kostenlos einen
Magnesium®.

Natur & Heilen

NATUR & HEILEN INHALT

Oktober 2006

DIE MONATSSZEITSCHRIFT & FÜR GESUNDES LEBEN

LESERFORUM	4	GESUNDES LEBEN	46
KURZ NOTIERT	6	Gesund durch das Jahr mit Hilfe der Traditionellen Chinesischen Medizin. 4. Der Herbst	
Vitamin C beugt Arteriosklerose vor · Im Kloster leben Männer länger · Wundreinigung am besten mit lau- warmem Leitungswasser · Brotaufbe- wahrung: Sauberkeit ist das A und O! · Schwere Infekte machen das Blut dick · Spirituelle Schulung für jeden Tag · Längere Lebenserwartung durch Rauch- stopp, mehr Bewegung und gesundes Essen · Mit sanften Tönen durch die Schwangerschaft · Praxisbuch der Selbstheilung · Asbest in Bodenbe- lägen – die unterschätzte Gefahr		TIPPS	50
BEWUSST-SEIN	10	Weizen – ein Getreide mit vielfältiger Heilkraft · Ringelblumenwickel bei Venentzündung · Abhilfe bei Insektenstichen	
Die Kraft der Kreativität		BERATUNGSSERVICE	52
NATURHEILKUNDE	12	Entfernung der Mandeln · Xylit- Kaugummi zur Kariesprophylaxe?	
Risikofaktor Entzündungen – Chronische „Brandherde“ als Krankheitsursache		AKTUELLE UMSCHAU	56
SANFTE MEDIZIN	18	Beim Einkauf auf „gutes“, zertifiziertes Holz achten · Gen-Raps ist gefährlich – Koexistenz nicht möglich · Sich erfolg- reich gegen Sendeanlagen wehren	
Retterspitz – ein altes Hausmittel neu entdeckt		BÜCHER	58
INTERVIEW	26	PRIVATE KLEINANZEIGEN	60
Gemeinsam statt einsam – Netzwerke zwischen Jung und Alt. Interview mit Ruth Eder		FIRMENNACHRICHTEN	61
ERNÄHRUNG	32	ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	62
Edelkastanien – ein basisches, glutenfreies Naturgeschenk		TERMINE/TREFFPUNKTE	64
GESUNDES LEBEN	38	IMPRESSUM	65
Schwitzbäder. Hamam, Sauna, Dampfbäder – mehr als nur Schwitzen		ZU GUTER LETZT...	66
		Bio-Branche wächst um 15 % pro Jahr · P.S.	



Titelbild: Gemeiner Hopfen (*Humulus lupulus* L.)
Familie: Cannabaceae Cannabispflanze.
(Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde
uns freundlicherweise von der MADAUS AG,
Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel,
zur Verfügung gestellt.)