

Essence

Heilige Trank
Indianer:
Original Kräutertee
s Kanada!
attraktive Preise und
batte.

07842/996537, Fax 07842/996537

ichol Indianer
shamanen
rant
ecunda

hmter Schamane, Heiler
monienleiter in der
der Huichol Indianer.



49-(0)821-243 23 39
m.europe@gmx.de
shamanism.com

HN
urprodukte
ür Hunde

rodukte • Öle
er • Algen
R.F. • Vitamine
er • Zubehör

barfshop.de

hwy 8
87 Wadem
06874 182520
06874 182077

NATUR & HEILEN INHALT

Die Monatszeitschrift für gesundes Leben März 2007

LESERFORUM	4	ERNÄHRUNG	48
		Kohlrabi – ein Gesundheitsbringer	
KURZ NOTIERT	6	TIPPS	52
Fisch schützt Kleinkinder vor Allergien · Praktisches homöopathisches Repertorium · Auch Diät-Cola schwächt die Knochen · Akupressur und Ingwer gegen Übelkeit in der Schwangerschaft · Frühe Antibiotikagaben fördern Asthma · Anders waschen · Böse Worte verhärteten die Arterien · Die frühe Beschäftigung mit Musik erhöht die IQ-Werte · Stress verursacht Cholesterinprobleme · Zu viel Desinfektionsmittel im Haushalt · Tiefkühlware: So erkennen Sie verdorbene Produkte		Warburgia salutaris: Der heilkräftige Pfefferbaum aus Afrika · Wassertrinken gegen Cholesterin · Beinwellsalbe bei Trigeminusschmerzen	
BEWUSST-SEIN	10	BERATUNGSSERVICE	54
Das Glück ist dort, wo du bist		Maßnahmen bei Osteoporose · Bewährte Hausmittel bei Husten	
ERNÄHRUNG	14	AKTUELLE UMSCHAU	56
Gesundmacher wiederentdeckt: Die „Klassiker“ der Nahrungsergänzung (I. Teil)		Immer weniger Vogelgezwitscher? · Gebärmutterhalskrebs: Fragwürdige Impfung · Gen-Hefe im US-Wein · Kein Lavendel mehr gegen Motten?	
WISSENSWERTES	22	BÜCHER	58
Gesundheitsreform: Wenn ein Gesundheitssystem ausgedient hat...		ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	60
NATURHEILKUNDE	28	PRIVATE KLEINANZEIGEN	63
Alle Jahre wieder: Heuschnupfen. Mögliche Ursachen und Therapieverschlüsse		TERMINE/TREFFPUNKTE	64
GESUNDES LEBEN	32	IMPRESSUM	65
Frühlingszeit – Fastenzeit. Jedem Menschen seine Fastenkur		ZU GUTER LETZT...	66
SANFTE MEDIZIN	40	Strom aus Kokosnüssen · P.S.	
Der Atem – Das Tor zu einem gesunden Leben. Mit Atemtherapie und Pranayama die heilende Kraft des Atems erfahren			



Titelbild: Loasa (Loasa triphylla Juss.)
Familie: Loasaceae (Blumennesselgewächse).
(Das Litho der abgebildeten Heilpflanze wurde uns freundlicherweise von der MADAUS AG, Köln/Rhein, aus der Sammlung Kriegel, zur Verfügung gestellt.)