

Deutscher Naturheilbund eV
(Prießnitz-Bund)
 Kreuzbergstraße 45
 74564 Crailsheim

Gesundheit ist das größte Gut, das wir besitzen. Sie zu erhalten oder wiederzuerlangen ist eine lebenswichtige Aufgabe. Die Erreichung dieses hohen Zieles hängt aber vorwiegend vom Verhalten jedes einzelnen Bürgers ab, von der Selbstverantwortung für seine Gesundheit nach dem Motto: »Am besten hilft was ich selbst tue!«

Der Deutsche Naturheilbund unterstützt Sie dabei u. a. durch:

- die monatliche Zusendung der Verbandszeitschrift „Naturarzt“, die führende populärwissenschaftliche naturheilkundliche Monatszeitschrift und bleibendes Nachschlagewerk.
- Veranstaltungen und Übungskurse zu gesunder Lebensweise, Vorbeugung und Frühbehandlung von Gesundheitsstörungen.
- Adressen naturheilkundlich arbeitender Ärzte und Kliniken.
- Einfluß auf politische Entscheidungen »Gemeinsam erreichen wir mehr!« Schließen auch Sie sich uns an.

An den Deutschen Naturheilbund eV
 Kreuzbergstraße 45, 74564 Crailsheim
 Tel. 0 79 51/55 04 · Fax 0 79 51/4 55 68
 www.naturheilbund.de
 E-Mail: info@naturheilbund.de

Bitte zutreffendes ankreuzen:

- Ich will Mitglied in einem Ihrer Naturheilvereine werden und bitte, mir den für mich nächst erreichbaren zu nennen.
- Ich will Einzelmitglied im Deutschen Naturheilbund werden. Ab Monat _____ Jahresbeitrag € 42,- (Inland) Beitrag für Einzelmitglieder im Ausland € 53,50
- Ich möchte eine Jahresmitgliedschaft verschenken. Anschrift des Empfängers:

- Verrechnungsscheck liegt bei
- Ich überweise dem Deutschen Naturheilbund zur Unterstützung seiner Arbeit eine Spende in Höhe von €
 Kto. 11 333 006, BLZ 622 910 20 Volksbank Crailsheim
- Ich bin an der Neugründung eines Naturheilvereines interessiert, weil in meiner Nähe noch keiner existiert.

Jedes Mitglied erhält das Verbandsorgan
NATURARZT

Name: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____

Beruf: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Ermächtigung zum Bankeinzug des Mitgliedsbeitrages zu Lasten meines Girokontos

Nr.: _____

Bank: _____

PLZ, Ort: _____

BLZ: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Inhalt

NATURHEILWISSEN

- Ordnungs- und Regulationstherapie machen's möglich
- **Migräne ist heilbar** 8
 Dr. med. Rainer Matejka
 Was schützt Frauen vor der koronaren Herzkrankheit?
 - **Mit Bewegung gegen Bauchfett und Herzenge** 11
 Prof. Dr. med. Karin Kraft
 Brennende Aphthen, schmerzender Soor
 - So heilt die Mundschleimhaut** 14
 Dr. med. Bernharda Schinke
 Über den Nutzen von Mikronährstoffpräparaten
 - **Wozu brauchen wir Nahrungsergänzung?** 16
 Naturarzt-Interview mit Prof. Dr. Andreas Hahn
 Problem Haarausfall
 - **Wenn es auf dem Kopf licht wird** 20
 Anita Kraut, Heilpraktikerin

GANZHEITLICH HEILEN

- Aus der ärztlichen Praxis**
- Geschwollene Lymphknoten: Salbe ersparte das Skalpell** 23
 Peter Emmrich, Arzt für Allgemeinmedizin
 - Was mir geholfen hat**
 - Ingwer belebte Körper und Geist** 24
 Elisabeth Bauer
 - Tip des Monats**
 - Müde Haut in Zinnkrautbädern straffen** 24
 Katrin Gabriel/W.P.
 - Naturheilärztlicher Rat**
 - Geschwächtes Immunsystem** 25
 Dr. med. Rainer Matejka

Fotos: Matejka (S. 3, 25), DAK (S. 8, 10, 16), ratiopharm (S. 11), Initiative „Bauchumfang ist Herzenssache“ (S. 12), Kraft (S. 12), Wala (S. 14, 24), Mauritius (S. 14, 20, 22, 26, 39, 43, 45), Sertürner (S. 14), Schinke (S. 15), Hahn (S. 17), Klosterfrau Gesundheitsservice (S. 18, 33, 48), Kraut (S. 22), Neumann (S. 32), Wagner (S. 36) naturganznah (S. 37), Bühring (S. 38), PixelQuelle (S. 40), Pabel (S. 42), Fromme (S. 45), Krieg (S. 46), StockFood (S. 47), Biologische Bundesanstalt für Land- und Forstwirtschaft (S. 49)
 Grafik: DAK (S. 34)