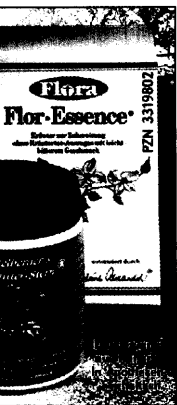


NATUR & HEILEN INHALT

DIE MONATSSZEITSCHRIFT & FÜR GESUNDES LEBEN Januar 2008

LESERFORUM	4	TIPPS	52
EDITORIAL	5	Schlank und fit durch die Montags-Diät · Wasseranwendungen und Wickel bei Erkältung · Hartnäckiger Husten vergeht durch Honig-Zwiebelsaft	
KURZ NOTIERT	6	BERATUNGSSERVICE	54
Die Musik spielt im Gehirn · Depressionen schlimmer als Arthritis oder Asthma · Fluggäste als Keimschleuder · Bluthochdruck durch verspannten Nacken · Laut Langzeitstudie hält positive Lebenseinstellung das Herz gesund · Tinnitus wird oft zu spät erkannt · Homöopathische Kindertypen · Cranberries beeinflussen die Blutgerinnung · Klarheit und Stille für jeden Tag		Kolloidales Silber: Richtige Dosierung · Warum destilliertes Wasser? · Hartnäckige Nasenpolypen	
DIE SEITE NEUN	9	AKTUELLE UMSCHAU	56
BEWUSST-SEIN	10	Alternative Nobelpreise 2007: Vier Lösungen für globale Herausforderungen · Neue Zweifel an der Grippeimpfung	
Der Gott der kleinen Dinge		BÜCHER	58
GESUNDES LEBEN	12	ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	60
Schädliches Fett – Heilsames Fett 1. Teil: Vorsicht Transfettsäuren!		PRIVATE KLEINANZEIGEN	62
GANZHEITLICH HEILEN	20	TERMINE/TREFFPUNKTE	64
Seelen-Blues: Auch eine Mineralstoff-Frage. Wie Mineralsalze bei Depressionen helfen können		IMPRESSUM	65
KÖRPER UND SEELE	26	ZU GUTER LETZT...	66
Anthroposophische Medizin: Wieder im Fluss des Lebens mit Rhythmischer Massage		„Lidl“ gibt bei „Basic“ auf · P.S.	
INTERVIEW	30		
Psychosomatik: Das Feld ansteckender Gesundheit aufbauen. Interview mit Dr. Ruediger Dahlke			
SANFTE MEDIZIN	38		
AHCC – Japanische Heilpilzmischung zur Stärkung des Immunsystems			
ERNÄHRUNG	46		
Hirse – der Spitzenreiter unter den Getreiden			

zepten
entrate
ierungsstoffe
lich
Körper gesund.
ch ohne Alkohol.
NL 6000 GH Weert
/ Fax 52 66 46
com



räuter
r nach
Clark!

en von dort
k ihre eigenen
chickt.

andardgemäss!

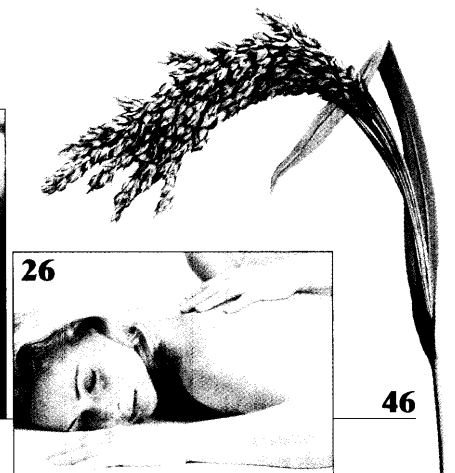
er Angebot!

ch für Heilpraktiker
rsand aus Holland
k Zentrum

www.drclark.net
0041-31-868 3132



10



26

46