

## 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

- Schultersteife: Vier Experten geben Rat
- **So wird die Schulter wieder beweglich** . . . . . 8  
Dr. med. Andreas Weiß; Dr. med. Klaus Küstermann;  
Rainer Pflaum; Dr. med. Emmerich Verderber
- Naturarzt-Check**  
**Wie gefährdet ist Ihr Rücken?** . . . . . 13  
Barbara Henze-Nündel, Heilpraktikerin
- Rückenschmerzen – welche Verfahren helfen
- **Wenn der Rücken ver-rückt spielt** . . . . . 15  
Gabriele Wieland, Heilpraktikerin
- Seelische Aspekte des Fastens
- Innere Harmonie durch Fasten** . . . . . 18  
Dr. med. Norbert Lischka
- Faktoren für ein langes Leben
- **Alt wie ein Baum möchte ich werden ...** . . . . . 20  
Naturarzt-Interview mit Dr. med. Dietrich Göthel

### DIAGNOSE

- Blutsenkung, Leukozytose, CRP
- Entzündungen anhand der Laborwerte erkennen** . . . 23  
Dr. med. Rainer Matejka

### GANZHEITLICH HEILEN

- Aus der naturheilkundlichen Praxis**  
**Kopfschmerzfrei dank Homöopathie** . . . . . 26  
Sigrid Molineus, Heilpraktikerin
- Was mir geholfen hat**  
**Bronchialasthma:**  
**Nach F.X.-Mayr-Kur endlich ausgeheilt** . . . . . 31  
Inge Winter
- Tip des Monats**  
**Großputz für die Harnwege mit Zinnkraut-Tee** . . . . . 31  
Marianne Porsche-Rohrer

Fotos: Matejka (S. 3), Mauritius (S. 8, 13, 18, 24, 38, 40, 43), Weiß (S. 8), Küstermann (S. 9), Pflaum (S. 10), Verderber (S. 12), Techniker Krankenkasse (S. 14), Fotolia (S. 15, 16, 34, 37, 43, 54), Wieland (S. 16), Lischka (S. 19), Kurt Michel/pixelio (S. 20), Göthel (S. 21), PantherMedia (S. 23), Schmiedel (S. 32), Bayerlein (S. 35), Wolter (S. 39), DAK (S. 42), Pabel (S. 42), Flemmer (S. 44), Kosmos Verlag (S. 45), Kynos Verlag (S. 45), Deutscher Psychologen Verlag (S. 45), Haug Verlag (S. 45), Integral Verlag (S. 45), Krieg (S. 46), StockFood (S. 47), nature.picture/pixelio (S. 48), Wagner (S. 48)  
Grafik: Ravens (S. 10), Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst (S. 49)