

# NATUR & HEILEN INHALT

Die Monatszeitschrift & für gesundes Leben

Mai 2008

**LESERFORUM** 4

**EDITORIAL** 5

**KURZ NOTIERT** 6

Selbsthilfe mit bewährten Hausmitteln und traditionellen Therapiemethoden · Drei Experten-Meinungen zum Thema Borreliose · Gynäkologie wird Frauenberuf · Fasten hilft bei Gelenkschmerzen · Tinnitus: Auch Kindern klingelt es im Ohr · Depressionen als Ursache für Diabetes · Altbewährt und wirkungsvoll: Radfahren gegen Arthrose · Qi Gong lindert Schmerzen

**DIE SEITE NEUN** 9

**BEWUSST-SEIN** 10  
Lieben heißt Vertrauen

**ERNÄHRUNG** 12  
Histaminose:  
Krank durch Histamin-Überschuss  
in Nahrungsmitteln

**GESUNDES LEBEN** 22  
Kraftquelle Ölbaum –  
Genuss und Gesundheit aus dem Süden

**MENSCH UND UMWELT** 30  
Leben mit der Natur:  
Blumenuhren und grüne Barometer

**INTERVIEW** 34  
Die heilende Kraft des Verzeihens

**NATURHEILKUNDE** 40  
Hämorrhoiden –  
das verschwiegene Leid

**NATURKOSMETIK** 48  
Schön durch Enzyme:  
Die Ananas in der Kosmetik und  
bei Hautproblemen

**TIPPS** 52

Kiwi und Zespri – erfrischende Früchte für das ganze Jahr · Orangen- und Kartoffelschalen gegen Kalk · Ein Teelöffel Honig gegen Heuschnupfen

**BERATUNGSSERVICE** 54

Magenschleimhautentzündung:  
Rollkur lindert die Schmerzen ·  
Fußpilz: Auch Heilpflanzen bieten  
Chancen

**AKTUELLE UMSCHAU** 56

„Wellcome“-Initiative: Ehrenamtliche helfen Familien in Not · Kennzeichnung für Obst und Gemüse · Verbot der Heilpflanze Aztekensalbei

**BÜCHER** 58

**ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT** 60

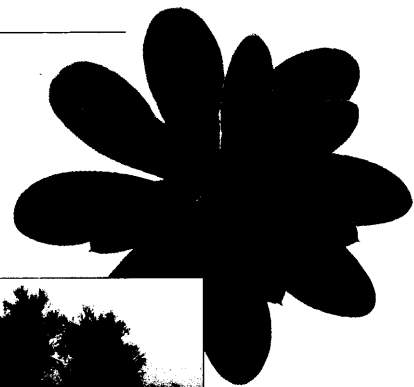
**PRIVATE KLEINANZEIGEN** 63

**TERMINE/TREFFPUNKTE** 64

**IMPRESSUM** 65

**ZU GUTER LETZT...** 66

Hilfsbereite Menschen bevorzugt ·  
P.S.



40

...hov (1900-1986)  
...soph und Pädagoge  
...kunft. In vielen  
...infach, klar und  
...en unserer Zeit.  
...en Menschen zu  
...fehlungen sind  
...probt.

**Harmonie und  
Gesundheit**

...die beste Waffe  
...gegen Krankheit  
...die Harmonie.  
...- Eur, 192 Seiten  
...N 978-3-89515-  
...3-5

**spirituellen  
Grundlagen  
der Medizin  
(Schöpfung)**

...szug aus obg.  
...ch "Harmonie  
...d Gesundheit".  
...0 Eur, 48 Seiten  
...N 978-3-89515-  
...3-9

**ORDER BEI:**  
Buchversand  
516 Rottweil  
· Fax -46552  
7@aol.com  
www.prosveta.at

**ALOG**  
...AIVANHOV«  
HÄLT LICHT