

NATUR & HEILEN

INHALT
September 2008

DIE MONATSSZEITSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

LESERFORUM	4	TIPPS	52
EDITORIAL	5	Bewährte Tipps zur Senkung von „schlechtem“ Cholesterin auf natürlichem Weg · Frisches Korianderkraut für die Hirnzellen · Haferpflaster bei Ischialgie	
KURZ NOTIERT	6	BERATUNGSSERVICE	54
Barfußwandern · Weniger Kaffee stoppt Hitzewallungen · Seilspringen und Ballspielen bringen Kinder in Bewegung · Regelmäßiges Frühstück hält schlank · Cumarin in Deos und Lotionen · Salz macht Kinder dick · Ab 11 Uhr wird's gefährlich · Schlaganfall: Elektrische Impulse verbessern Motorik · Unerklärliche Zunahme von Hodenkrebs · Dickes, rotes Knie – die Ursache war eine Borreliose		Feigwarzen behandeln · Hilft Chininsulfat bei Restless Legs?	
DIE SEITE NEUN	9	AKTUELLE UMSCHAU	56
BEWUSST-SEIN	10	Holzprodukte bewusster kaufen · Warnung vor Energydrinks · Pflanzen im Einsatz gegen Feinstaub · Hoffnung: Weg vom Käfig-Ei · Was hat Waschen und Abwaschen mit Klimaschutz zu tun?	
Die Bedeutung der Hingabe – Die Gegenwart annehmen		BÜCHER	58
WISSENSWERTES	12	ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	60
Die Amalgam-Kontroverse: Was steckt wirklich dahinter?		PRIVATE KLEINANZEIGEN	63
MENSCH UND UMWELT	20	TERMINE/TREFFPUNKTE	64
Landschaft als Therapie – Gesund durch Natur-Erleben		IMPRESSUM	65
INTERVIEW	26	ZU GUTER LETZT...	66
Das Leben in Leidenschaft umarmen. Interview mit Daniel Odier		Arche Noah-Kindergärten · P.S.	
SANFTE MEDIZIN	32		
Natürliche Alternativen zu synthetischen Schmerzmitteln			
ERNÄHRUNG	40	12	20
Braunhirse: Die geballte Kraft des Urkorns			40
NATURHEILKUNDE	46		
Das Vermächtnis der Großen Ärzte 4. Teil: Paracelsus – Auf der Suche nach der Essenz des Heilens			