2/2009

Aus der ärztlichen Praxis
Nächtliche Atemaussetzer ohne Apparate im Griff 39
Dr. med. Volker Brauner

GESUND LEBEN

Wie wirkt das?
Der Gerinnungshemmer Clopidogrel 40
Dr. med. Volker Schmiedel

Naturarzt-Check:
► Schlafen Sie gut? 41
Barbara Henze-Nündel, Heilpraktikerin

Mit Sonnenhut gegen Erkältung & Co.
Echinacea bringt das Immunsystem auf Trab 43
Ursel Bühring, Heilpraktikerin

Von der Verliebtheit zur Liebe
► Die Liebe als Geburtshelfer des Ichs 45
Dr. med. Wolf-Jürgen Maurer

BEWUSST ERNÄHREN

Reis
Körnervielfalt für die Vollwertküche 48
Dipl.-Biol. Susanne Kudicke

Ziegen- und Schafsmilch
► Auch bei Allergien eine Alternative zur Kuhmilch? .. 50
Dipl. oec. troph. Karin Possin

... UND AUSSERDEM

Editorial 3
Leserforum 6
Stichwortverzeichnis 2008 27
Für Sie notiert 53
Vorschau 59
Impressum 59

► Titelthema

Einhefter, nur in einem Teil der Auflage, Seite 29–32

Zum *Naturarzt*-Titelbild:

Die Schleimhaut der Atemwege von der Nasenhöhle bis zu den Bronchien ist mit dem sogenannten Flimmerepithel ausgekleidet, das für eine ständige Reinigung der Luftwege sorgt. Einige Zellen sondern eine klebrige Schicht an die Schleimhautoberfläche ab, die durch synchron schlagende Flimmerhärchen in eine langsame Fließbewegung gerät. Kleine Schmutzpartikel bleiben an der klebrigen Oberfläche hängen und werden – wie das Papierschiffchen in unserem Bild – nach außen ausgeschwemmt.

Anzeige

Naturarzt
-Sonderdruck

„Wenn die Seele die Sprache verliert ... fängt der Körper an zu reden. – Wie seelische Einflüsse körperlich krank machen"

Psychosomatische Artikel-Reihe von
Dr. med. W.-J. Maurer,
die in unregelmäßiger Folge im *Naturarzt* erschienen ist.

☐ Ich bestelle ..... Sonderdruck(e) (32 S.) zum Preis von € 6.– incl. Versandspesen und MwSt.

Zahlungsweise:
☐ Voraus-Scheck anbei
☐ Gegen Abbuchung

Bankverbindung:
Konto BLZ
Bank
Datum X Unterschrift des Bestellers

Absender:
Name, Vorname
Straße, Haus-Nr.
PLZ, Ort

Ausfüllen und einsenden an
Naturarzt • Feldbergstr. 2
61462 Königstein