

6/2009

Naturheilverständlicher Rat Darmperistaltik	33
Dr. med. Rainer Matejka	

GESUND LEBEN**Naturarzt-Check:**

► Leiden Sie unter Reizdarmsyndrom?	35
Dr. med. Volker Schmiedel	

Stress und Angst: Entspannungstechniken reichen nicht aus

► „Der wichtigste Augenblick ist jetzt“	37
Naturarzt-Interview mit Dr. med. Christian H. Kuhn	

Lavendel – ein Alleskönner bei Schlafstörungen,
Kopfschmerzen, Verletzungen und noch mehr

Ein blaues Wunder für Körper und Seele	40
Ursel Bühring, Heilpraktikerin	

Aromatherapie gegen Stress, Angst und Traurigkeit

► Lebensgeister wecken mit den Düften der Natur ...	42
Ute Bayrak	

Bewusstsein

Feingefühl für Bedürfnisse entwickeln	54
Dipl. oec.-troph. Peter Faulstich	

Buchweizen, Zwiebel, Soja

Wertvoll im Garten und auf dem Teller	44
Heide Haßkerl	

Gurke

Erfrischendes Sommergemüse	46
Dipl.-Biol. Susanne Kudicke	

Editorial	3
Leserforum	6
Für Sie notiert	48
Vorschau	55
Impressum	55

► Titelthema

Einhefter, nur in einem Teil der Auflage, Seite 27–30

Zum Naturarzt-Titelbild:
Die wellenförmige Oberhaut überträgt sämtliche Berührungen in die tieferen Hautschichten. Dort werden sie von verschiedenen Tastkörperchen analysiert. Zu den empfindlichsten gehören die Vater-Pacini-Körperchen. Ihre zwiebelschalenartig geschichteten, gallertigen Lamellen umhüllen einen zentralen Kolben, der auf unterschiedliche Vibrationen reagiert und somit die Qualität der Berührung vermittelt.



Knaur.

DR. MED. RAINER MATEJKA

Geheime

Was Ärzte häufig übersehen

Hilfe bei ungeklärten
BeschwerdenVorwort
von Prof. Hagemar
Bankhofer**Dr. med. Rainer Matejka****Geheime
Krankmacher****Schnelle Hilfe bei
ungeklärten Beschwerden**

Gestörte Verdauung, erhöhte Infektanfälligkeit, ständige Kopfschmerzen – und keine Behandlung schlägt an? Die „Dreieinhalb-Minuten-Medizin“, die heute in vielen Praxen oft notgedrungen stattfindet, reicht meist nicht aus, um ernstere Erkrankungen und Organstörungen zu erkennen. Manches Beschwerdebild führt so zu einer langen und oft erfolglosen Odyssee von Arzt zu Arzt.

In diesem Ratgeber wird eine Reihe von häufigen Symptombildern und Erkrankungen beschrieben, die immer öfter übersehen werden. Anhand konkreter Fallbeispiele und übersichtlicher Checklisten zeigt der Autor, wie Sie den Ursachen Ihrer Beschwerden auf die Spur kommen. Er bietet praktische Lösungen und gibt Therapieempfehlungen.

Ich bestelle Ex. Matejka, Krankmacher (200 S.) zum Preis von € 10.– inkl. Versandkosten und MwSt.

Zahlungsweise:

- Voraus-Scheck anbei
 Gegen Abbuchung

Bankverbindung:Konto BLZ Bank Datum Unterschrift des Bestellers**Absender:**Name, Vorname Straße, Haus-Nr. PLZ, Ort

Ausfüllen und einsenden an
**Naturarzt • Feldbergstr. 2
61462 Königstein
Fax 06174/926335**