

LESERFORUM	4	FRAUENHEILKUNDE	44
EDITORIAL	5	Homöopathie ganz weiblich – (2. Teil) Frauenbeschwerden von der Pubertät bis zu den Wechseljahren	
KURZ NOTIERT	6	TIPPS	52
Wasserspender in Schulen beugen Übergewicht vor · Schlaganfall durch Hormonersatz · Datenbank für TCM- Medikamente · Sehzentrum auch bei geschlossenen Augen aktiv · Zitronen- melisse hält Herpes-Viren in Schach · Fliegenmaden zur Reinigung von Wunden · BRAT hilft bei Durchfall · Empfindlicher Darm: Vorsicht mit Spülmitteln · Schlaf schützt das Herz · Zecken durch Klimawandel gefähr- licher · Gartenwolfsmilch sorgt für heile Haut · Bessere Leistung im Klassen- zimmer mit Aromaölen · Alkohol am Steuer: Fehleinschätzung bei älteren Menschen	Roter Radicchio: erfrischend und an- regend · Ätherische Öle gegen lästige Mücken · Vasen mit Eierschalen reinigen		
DIE SEITE NEUN	9	BERATUNGSSERVICE	54
BEWUSST-SEIN	10	Krampfadern: Laser oder Kochsalz- lösung? · Längsrillen an Finger- und Fußnägeln	
Auf den Spuren von Goethe: „So mein' ich, bis aufs innerste Knochenmark verändert zu sein!“		AKTUELLE UMSCHAU	56
WEGE NACH INNEN	14	Mineralwasser mit Umwelthormonen belastet · Ressourcen aufgebraucht · Schweiz: Komplementärmedizin in das Grundgesetz aufgenommen · Viele alte Menschen nehmen zu viele Medikamente	
Die Reise zum inneren Heiligtum... in den Schuhen eines Pilgers		BÜCHER	58
ZUR DISKUSSION	22	ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT	60
Der Wirbel um das Brustkrebs-Gen – Widersprüche in der Forschung		FIRMENNACHRICHTEN	62
GESUNDES LEBEN	28	PRIVATE KLEINANZEIGEN	63
Chemie oder Natur? Sonnenschutz für heiße Sommertage		TERMINE/TREFFPUNKTE	64
INTERVIEW	34	IMPRESSUM	65
Gesundheit wird in jedem Augenblick immer wieder neu erzeugt		ZU GUTER LETZT...	66
UNSERE PFLANZEN – UNSERE HEILMITTEL	40	P.S.	
Der Feigenkaktus: Überlebenskünstler und Kraftspender			

