

Deutscher Naturheilbund eV (Prießnitz-Bund) Kreuzbergstraße 45 74564 Crailsheim

Gesundheit ist das größte Gut, das wir besitzen. Sie zu erhalten oder wiederzuerlangen ist eine lebenswichtige Aufgabe. Die Erreichung dieses hohen Zieles hängt aber vorwiegend vom Verhalten jedes einzelnen Bürgers ab, von der Selbstverantwortung für seine Gesundheit nach dem Motto: »Am besten hilft was ich selbst tue!«

Der Deutsche Naturheilbund unterstützt Sie dabei u. a. durch:

- die monatliche Zusendung der Verbandszeitschrift „Naturarzt“, die führende populärwissenschaftliche naturheilkundliche Monatszeitschrift und bleibendes Nachschlagewerk.
- Veranstaltungen und Übungskurse zu gesunder Lebensweise, Vorbeugung und Frühbehandlung von Gesundheitsstörungen.
- Adressen naturheilkundlich arbeitender Ärzte und Kliniken.
- Einfluß auf politische Entscheidungen »Gemeinsam erreichen wir mehr!« Schließen auch Sie sich uns an.

An den Deutschen Naturheilbund eV
Kreuzbergstraße 45, 74564 Crailsheim
Tel. 0 79 51/55 04 · Fax 0 79 51/4 55 68
www.naturheilbund.de
E-Mail: info@naturheilbund.de

Bitte zutreffendes ankreuzen:

- Ich will Mitglied in einem Ihrer Naturheilvereine werden und bitte, mir den für mich nächst erreichbaren zu nennen.
- Ich will Einzelmitglied im Deutschen Naturheilbund werden. Ab Monat _____ Jahresbeitrag € 42,- (Inland) Beitrag für Einzelmitglieder im Ausland € 53,50
- Ich möchte eine Jahresmitgliedschaft verschenken. Anschrift des Empfängers:

- Verrechnungsscheck liegt bei
- Ich überweise dem Deutschen Naturheilbund zur Unterstützung seiner Arbeit eine Spende in Höhe von _____ €
Kto. 11 333 006, BLZ 622 910 20 Volksbank Crailsheim
- Ich bin an der Neugründung eines Naturheilvereines interessiert, weil in meiner Nähe noch keiner existiert.

Jedes Mitglied erhält das Verbandsorgan
NATURARZT

Name: _____

Straße: _____

PLZ, Ort: _____

Telefon: _____

Beruf: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Ermächtigung zum Bankeinzug des Mitgliedsbeitrages zu Lasten meines Girokontos

Nr.: _____

Bank: _____

PLZ, Ort: _____

BLZ: _____ Datum: _____

Unterschrift: _____

Inhalt

NATURHEILWISSEN

Warum wir unseren Hormonhaushalt schützen müssen

- **Vorsicht Östrogen!** 8
Heide Fischer, Ärztin

Fünf Selbsthilfemaßnahmen bei der Erwachsenen-Akne

- **Mit Kneipp & Co gegen Rosacea** 11
Dr. med. Dr. rer. nat. Bernhard Uehleke

- Hilfe bei Haarausfall** 14
Verena Rosar, Heilpraktikerin

Serotonin

- So wichtig ist das Wohlfühlhormon** 17
Dr. med. Andreas Weiß

Dokumentation

- Impfen nicht länger um jeden Preis fördern!** 19

DIAGNOSE

Sklerodermie

- In eigener Haut wie eingemauert** 20
Anita Kraut, Heilpraktikerin

GANZHEITLICH HEILEN

Aus der ärztlichen Praxis

- Wie sich Rheuma mit Ernährung bessern lässt** 23
Dr. med. Gunther Hölz

Was mir geholfen hat

- Mineralien gegen Störungen des Herzrhythmus** 24
Dr. Paul May

Tipp des Monats

- Mit Karottenkur Magen und Darm stärken** 24
Eva Aschenbrenner

Naturheilärztlicher Rat

- Osteoporose und hoher Kalziumspiegel** 25
Dr. med. Volker Schmiedel

- Trigeminus-Schmerzen** 26
Dr. med. Rainer Matejka

Fotos: Matejka (S. 3, 26), Fotolia (S. 8, 10, 14, 16, 17, 19, 46, 54), Fischer (S. 10), Nature & health (S. 11), Luvos (S. 11), Uehleke (S. 13), Rosar (S. 15), Weiß (S. 18), Mauritius (S. 20, 31, 32, 33, 36), Kraut (S. 22), Schmiedel (S. 25), Maurer (S. 34), Girsch (S. 38), panthermedia/Alexander W. (S. 39), Naturarzt (S. 40), www.bircher-benner.com (S. 40), BilderBox (S. 42), Wagner (S. 42), DAK/Wigger (S. 43), Techniker Krankenkasse (S. 44), Fromme (S. 45), Krieg (S. 48), StockFood (S. 49)

