

**LESERFORUM** 4

**EDITORIAL** 5

**KURZ NOTIERT** 6

Kinder mit ADS: Konzentrations-  
training mit Hund · Ärzte-Handy:  
Bakterienschleuder · Wann sollte  
auf Kontaktlinsen besser verzichtet  
werden? · Homocystein: wichtiger  
Risikofaktor bei Arteriosklerose ·  
Weiche Knochen durch Softdrinks?  
· Gift aus Babyflaschen · Bei Nickel-  
allergie Austern meiden

**DIE SEITE NEUN** 9

**BEWUSST-SEIN** 10

Der Zauber des Anfangs

**SANFTE MEDIZIN** 12

Traumatherapie EMDR –  
ein Lösungsweg für Allergiker

**MENSCH UND NATUR** 20

Die Medizin der Bäume

**ZUR DISKUSSION** 28

Abschied von der Glühbirne:  
Sind Energiesparlampen eine  
sinnvolle Alternative?

**GESUNDES LEBEN** 36

Heiltrunk Stutenmilch

**WISSENSWERTES** 40

Utopia –  
der gemeinsame Traum von  
einer neuen Wirtschaft

**NATURHEILKUNDE** 46

Augenerkrankungen  
2. Teil: Die neue Augenakupunktur

**TIPPS** 52

Limetten: Herrlich frisch und gesund ·  
Mit Johanniskraut Schuppenflechte  
geheilt · Waldmeister-Tee: stärkend  
und beruhigend

**BERATUNGSSERVICE** 54

Gibt es Hilfen bei Alzheimer-Demenz?  
Silicium – organisch oder anorganisch?

**AKTUELLE UMSCHAU** 56

Fachärzte kämpfen gegen Abschaffung  
der Facharztpraxen in Deutschland ·  
Erhöhtes Krebsrisiko durch Hormon-  
ersatztherapie bestätigt · Puffer-  
kapazität der Pflanzen nimmt ab

**BÜCHER** 58

**ADRESSEN FÜR IHRE GESUNDHEIT** 60

**PRIVATE KLEINANZEIGEN** 62

**FIRMENNACHRICHTEN** 63

**TERMINE/TREFFPUNKTE** 64

**IMPRESSUM** 65

**ZU GUTER LETZT...** 66

Kinderpatenschaften · P.S.

