

Schmerztherapie
Wie Sie auch ohne Medikamente
wieder ein normales Leben führen
können 1

Sekundäre Pflanzenstoffe
Salvestrole: Neue Krebschutz-
faktoren in Obst und Gemüse
entdeckt 4

Naturheilkundliche Allergie-Therapie
Mit Folsäure, Selbsthypnose und
Akupunktur besiegen Sie den
Heuschnupfen 5

Gesundheitsschädliche Kunststoffe
Krebs, Herzinfarkt, Diabetes:
Warum uns Plastikverpackungen
krank machen 7

Risikofaktor Übergewicht
Der Body-Mass-Index hat
ausgedient: Messen Sie einfach
Ihren Bauchumfang 8

Müdigkeit und Erschöpfung
Mit Ribose-Präparaten laden
Sie Ihre Zellbatterien jetzt
wieder auf 9

AKTUELLES

Bluthochdruck – Mit Knoblauchpillen
sinken die Werte • **Hüftgelenks-
Operationen** – In vielen Kliniken
mangelhaft • **Brustkrebsnach-
sorge** – Krafttraining verhindert
Lymphödeme 11

Rheumatoide Arthritis – Jeder dritte
Fall geht auf das Rauchen zurück
• **Diabetes** – Warum Vollmilch Ihr Risi-
ko verringert • **Cholesterinsenkung** –
Tomatenfarbstoff ähnlich effektiv wie
Medikamente • **Chronische Bronchi-
tis** – Gesangsstunden verbessern die
Lebensqualität 12