

In dieser Ausgabe

Natrium und Kalium Das starke Mineralstoff-Duo sorgt für ruhigen Puls und optimalen Blutdruck	1	Well-Being-Therapie Wie Sie lernen, auch mit chronischen Krankheiten glücklich zu leben	9
Nanotechnologie Mini-Partikel mit „Wunderwirkun- gen“: Warum sie Ihre Gesundheit gefährden	4	AKTUELLES Prostatavergrößerung – Laser- therapie besser als Operation • Demenz – Übergewicht erhöht Ihr Risiko • Schilddrüsenüberfunktion – Selen lindert Schwellungen des Augapfels	11
Hörsturz Gehen Sie bei plötzlichem Hörverlust innerhalb von 24 Stunden zum Arzt	5	Rückenschmerzen – Bandscheiben- Prothesen sind nur die letzte Option • Länger leben – Kohlgemüse senkt die Sterberate • Bewegungsmangel – Impotenz kann die Folge sein • Diabetes – Messen Sie Ihren Blutzucker stets mit sauberen Händen	12
Schmerztherapie Besser verträgliches Morphin: Wann es wirklich eine Alternative für Sie ist	7		
Gemmotherapie So nutzen Sie die Heilkraft junger Knospen gegen gängige Alltags- beschwerden	8		