

In dieser Ausgabe

Magnesium

Wie Sie das Anti-Stress-Mineral bei Bluthochdruck und Diabetes anwenden 1

Gefährliche Handy-Strahlung

Was die neuen Studien wirklich für Sie bedeuten und wie Sie sich schützen 4

Plötzliche Brustschmerzen

Selten ist es ein Infarkt – trotzdem müssen Sie die Beschwerden ernst nehmen 5

Magnetfeldtherapie

Hält die Bemer-Methode tatsächlich, was ihre Verkaufstrategie verspricht? 7

Gesundheitsrisiko Pensionierung

Neue Ziele und Pläne: So wenden Sie Depressionen und Herzerkrankungen ab 8

Sexualität im Alter

Maca, Yohimbin und Arginin verhelfen Ihnen zu einem erfüllten Liebesleben 9

AKTUELLES

Alzheimer – 2 wöchentliche Fischmahlzeiten stärken die grauen Zellen

• **Kostenerstattung von Naturheilverfahren** – Krankenkassen zahlen wieder pflanzliche Medikamente • **Herzschwäche** – Vitamin C bremst das Voranschreiten 11

Sick-Building-Syndrom – Schimmel ist die wahrscheinlichste Ursache • **Länger leben** – Körperliche Fitness ist wichtiger als Abbau von Übergewicht

• **Vitamin A** – Neuer Schutzfaktor für Ihre Gefäße • **Notfälle durch Medikamente** – Entlarvt: Die 4 gefährlichsten Wirkstoffe 12