

Länger und gesünder leben

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren



6/2012

In dieser Ausgabe

| |
|--|
| Infektionskrankheiten Das Amsel-Virus ist kein Einzelfall: Wie Sie sich gegen neue Erreger wappnen? 4 |
| Gefährliche UV-Strahlung Warum Sie Sonnencreme nicht sicher vor Hautkrebs schützt 5 |
| Chronische Bronchitis Verträglicher als Kortison: Ein neues Medikament wirkt direkt in der Lunge 7 |
| Anti-Aging-Ernährung Das beste Rezept für ein langes Leben: Essen Sie wenig Zucker und Fett . . . 8 |
| Diagnose Prostatakrebs Operieren oder nicht? Welche Kriterien für Ihre Entscheidung jetzt wichtig sind 9 |

AKTUELLES

- **Arthrose** – Riskante Kombination:
Glukosamin und Gerinnungshemmer
- **Psychologie** – Schnelle Traumatherapie in Studie erfolgreich
- **Wechseljahrsbeschwerden** – Soja lindert Ihre Hitzewallungen . . . 11
- **Demenz** – Skandal: Ärzte stellen Patienten mit Psychopharmaka ruhig
- **Allergien** – Vitamin D hilft Ihnen, Kortison einzusparen
- **Bluthochdruck** – Wann Sie Ihre Medikamente besser abends einnehmen sollten
- **Leistenbruch** – Mit der Schlüsselloch-OP treffen Sie eine gute Wahl 12