

## **In dieser Ausgabe**

---

<b>Wie Hörschäden entstehen</b> Schwerhörigkeit, Tinnitus, Hörsturz: So schützen Sie Ihr Gehör . . . . .	1
<b>Hörschäden vorbeugen</b> Tragen Sie bei Lärm einen Gehörschutz und verzichten Sie auf Wattestäbchen . . . . .	4
<b>Schwerhörigkeit</b> Warum Sie mit der Entscheidung für ein Hörgerät nicht zu lange warten sollten . . . . .	6
<b>Tinnitus</b> Musik, Entspannung und Coenzym Q <sub>10</sub> stoppen Ihre quälenden Ohrgeräusche . . . . .	8
<b>Hörsturz</b> Weshalb Sie jetzt getrost auf Kortison-Infusionen verzichten können . . . . .	10
<b>Cochlea-Implantate</b> Die neuste Generation der Hörgeräte: Was sie Ihnen wirklich bringen . . . . .	12

### **Das bietet Ihnen** *Länger und gesünder leben*

*Länger und gesünder leben* ist ein aktueller Informationsdienst für gesundheitsbewusste Menschen, die sich wissenschaftlich fundiert über ganzheitliche Medizin informieren und die Vorzüge der Schulmedizin mit denen der alternativen Medizin verbinden möchten. Er berichtet über allerneueste, oft wenig bekannte Behandlungsmethoden und Heilmittel aus der komplementären und orthomolekularen Medizin, recherchiert an Forschungszentren weltweit. Weitere Schwerpunkte bilden Wirkungen von Nahrungsergänzungstoffen, Vitaminen und Mineralien zur Vorbeugung und Therapie. Sie erhalten detaillierte, im Alltag leicht umsetzbare Informationen über Anwendung, Dosierung und Bezugsquellen. Ein Netzwerk von Autoren und Gutachtern, bestehend aus anerkannten Medizinern, Ernährungswissenschaftlern und Humanbiologen, garantiert die Verlässlichkeit der medizinischen Informationen. So können Sie Krankheiten vorbeugen, Ihre Lebensspanne verlängern und noch in fortgeschrittenem Alter das Leben bei höherer Lebensqualität genießen.