

Forum & Hintergrund

Unbesorgt essen in der Schwangerschaft. Neue Lebensmittellisten für Schwangerschaft und Stillzeit zeigen: Trotz anderer Umstände muss die Ernährung keine Umstände bereiten	3
Editorial: Wie heilt der Geist? Was können geistige Heilweisen bewirken?	6
Wer heilt, hat Recht! – Doch wer heilt denn? Warum Wissenschaft und Religion nicht zu trennen sind. Fachbeitrag von Annette Hempel, Dipl.-Sozialpädagogin, Studienkreis für Empirische Evolutionsforschung	65

Aus der Praxis ... für die Praxis

Schwangerschaft und Stillzeit Naturheilkundliche Behandlungsmethoden Fachbeitrag von Dr. Oliver Ploss, Heilpraktiker und Apotheker	8
Moringa unterstützt Mutter und Kind in Schwangerschaft und Stillzeit Den erhöhten Vitalstoffbedarf in Schwangerschaft und Stillzeit kann Moringa ausgleichen Fachbeitrag von Barbara Simonsohn	10
Sicherheit und Schutz in Schwangerschaft & Stillzeit. Die Bedeutung fermentierter Rohkost und enzymaktiver Aminosäuren fürs Leben Fachbeitrag von Ulla Janascheck	14
Schwangerschaft – wenn die Frau zur Mutter wird... Begleitung der werdenden Mutter in der Schwangerschaft mit Schüßler-Salzen Fachbeitrag von Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg, HP	16
Weleda unterstützt Programm für alleinerziehende Mütter und ihre Kinder wir2 – ein Weg aus der Überforderung zu mehr Selbstwertgefühl	22
Buchtipps von Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg: • Die 12 Salze des Lebens. Neu ab April 2014: Taschenbuchausgabe	23
• Deine Nahrung sei Dein Heilmittel – Ernährung im Biorhythmus	23
Buchtipps: Beate Berg und Prof. Dr. Dr. h. c. Jan I. Lelley: Gut behütet	48
Indische Medizin mit der westlichen vereint: Öl-Kräuter-Komposition Sumithol – zum Verwöhnen Fachbeitrag von Maria Köllner, Gesundheitsjournalistin	54
Buchtipps: Barbara Simonsohn: Reiki – die sieben Grade	52
Deutschlands erstes Bio-Effizienzhaus mit Klimaschutz-Zertifikat Baufritz-Musterhaus „Alpenchic“ in neuer Holzbauarchitektur: Mit Brennstoffzelle für Eigenstrom und Heizung	68
Buchtipps: Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg: Die 12 Salze des Lebens. 6. überarb. und erw. Aufl. 2013	81

Krankheitsbilder

Leberschutz und Leberregeneration – Mikronährstoffe helfen der Leber sich selbst zu helfen Fachbeitrag von Peter Schwarz, Heilpraktiker	24
Störfelder im Kieferbereich – die Leber braucht Hilfe! Fachbeitrag von Ortrud Aichinger	30

Krankheitsbilder

Ausleitung und Entgiftung. Regulationstherapie – eine wichtige Maßnahme in der Naturheilpraxis zur Linderung und Vorbeugung von Erkrankungen Fachbeitrag von Horst Jacob, Heilpraktiker	32
Blutdruck im Griff, Zink im Keller: Zinkmangel durch Arzneimittel	34
Die moderne Mayr-Kur, mehr als eine Milch und Semmel-Diät Eine gestörte Darmflora ist oftmals die Ursache vieler Erkrankungen Fachbeitrag von Dr. Dagmar Kemmling	36
Fasten lindert Entzündungen und Schmerzen bei Fibromyalgie Moduliert das Schmerzempfinden und hellt die Stimmung auf Fachbeitrag von Dr. Christine Reinecke	38
Erkältungskrankheiten – was hilft wirklich: Zink ist dabei Fachbeitrag von Heike Lück-Knobloch, Heilpraktikerin	43
Chronische Bronchitis. Bronchitis – Kalium bichromicum Fachbeitrag von Peter Germann, Heilpraktiker, Dortmund	44
Erhöhtes Arteriosklerose-Risiko bei einer 58-jährigen Patientin Infusionstherapie normalisiert Risikobefunde Fachbeitrag von Karl Lingenfelder, Heilpraktiker	49
Fettstoffwechselstörungen – wie gefährlich ist Cholesterin? Vitalpilze können die Cholesterinwerte senken Fachbeitrag von Corinna Schaar, Heilpraktikerin und Mykotherapeutin	50
Migräne durch seelische Probleme? Lösung von Blockaden und Konflikten mit der Psychosomatischen Energetik Fachbeitrag von Uwe Volker Schoch, Heilpraktiker	56

Wissenschaftliche Beiträge

Klinische Studie belegt die Wirksamkeit von Giloba Intenz	35
Zur Qualität heilpflanzlicher Arzneien. Eine im Vordergrund stehende Achtsamkeit gegenüber der Pflanze und der Schöpfung ermöglicht eine ganzheitliche Pflanzenheilkunde Fachbeitrag von Dr. rer. nat. Falk Fischer	40
Allergie: Gefahrensignal einer immunitären Dysbalance Mikroimmuntherapie (MIT): Neue Wege, die wirken Fachbeitrag von Dr. Ursula Bubendorfer	46
Dänische Studie zeigt: Q10 hilft bei chronischen Herzerkrankungen Fachbeitrag von Andrea Peter, Heilpraktikerin	58
Vitamin B12-Mangel: Risikogruppen erkennen – irreversible Folgeschäden vermeiden. Zusammenfassender Symposiumsbericht von Dr. Claudia Müller	60
Antibakterielle Wirkung von Heilpilzen. Wirkung übertrifft oftmals die von Antibiotika. Fachbeitrag von Beate Berg, Heilpraktikerin	62
Neues über Alpha-Liponsäure (ALA, Thioctsäure) Fachbeitrag von Heike Lück-Knobloch, Heilpraktikerin	67
Altes Heilwissen modern optimiert Fachbeitrag von Johannes W. Steinbach, Heilpraktiker	70