

Außerdem in dieser Ausgabe

Brustkrebs 4

Nur jede dritte Patientin braucht wirklich eine Chemotherapie. Neue Gentests verraten, in welchen Fällen die belastende Behandlung wirklich nötig ist.

Rückenschmerzen 5

Ein neuartiger Blaulichtstrahler lockert die Muskeln und nimmt den Schmerz. Das Beste: Er lässt sich bequem unter der Kleidung tragen.

Aktuelles: Ab 5 Medikamenten gleichzeitig wird's gefährlich • Eine Aminosäure verbessert Ihr Reaktionsvermögen • Schlaganfallschutz durch Vitamin C • Magnesium stoppt Dauer-Entzündungen • Gefahr durch Natrium in Arzneimitteln • Auch Männer können an Brustkrebs erkranken • Koffeinfreier Kaffee senkt Ihr Diabetesrisiko . . 11 und 12

Laktoseintoleranz 6

Nur die wenigsten Betroffenen müssen wirklich ganz auf alle Milchprodukte verzichten. Wir erklären, welche meist noch gut vertragen werden.

Plötzliche Bauchschmerzen . . . 9

Ein „akutes Abdomen“ ist ein gefährlicher Notfall, bei dem Sie keine Minute verlieren dürfen. Kennen Sie die wichtigsten Alarmsignale?