

Forum & Hintergrund

- Gefahr von Gelenkverletzungen beim Sport. Prävention vor Gelenkverletzungen und zur Vorbeugung degenerativer Gelenkerkrankungen und Arthrose **3**
- Editorial: Nachruf von Carsten Kröger zum Tod von Jost J. Kröger
Ein großer „Macher“ ist von uns gegangen **6**
- Demenz im Alter. Krankheit oder natürlicher Entwicklungsweg? Eine andere Sichtweise der Definition Demenz. Fachbeitrag von Annette Hempel
Dipl.-Sozialpädagogin, Studienkreis für Empirische Evolutionsforschung **42**

Aus der Praxis ... für die Praxis

- Schwangerschaft – wenn die Frau zur Mutter wird... Begleitung der werdenden Mutter in der Schwangerschaft mit Schüßler-Salzen, Teil 2
Fachbeitrag von Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg, HP **19**
- Weleda unterstützt „Das erste Gesicht auf Erden“
Ein Fotoprojekt zur Rettung des Hebammenberufs in Deutschland **26**
- Buchtip: Petra und H.-W. Egeling: Hypnose – Konzepte für Schwangerschaft & Geburt **27**
- Aktuelle Haftpflichtversicherungsproblematik der Hebammen in Deutschland
Interview von Andrea Freund, Journalistin, mit Martina Klenk, Vorsitzende des Deutschen Hebammenverbands (DHV) **28**
- Moringa – und Senioren blühen auf! „Deine Nahrung soll deine Medizin sein“
Fachbeitrag von Barbara Simonsohn **37**
- Buchtip: von Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg:
Schüßler-Salze für Kinderwunsch, Schwangerschaft und Geburt **53**
- Buchtip: Barbara Simonsohn: „Chia-Power“ **53**
- Buchtip: Petra und H.-W. Egeling: Hypnose-Werkzeugkasten 1
Rauch FREI sein – 25 Werkzeuge zur Raucherentwöhnung **56**
- Hautgesundheit: Innovation bei Akne & Hautunreinheiten **70**
- Reisemedizin: Gestresste Leber
Impfen und Leberstärkung schützen vor Hepatitis A **73**
- Chia – die Essenz des Lebens
Schwerpunkte: Darmpflege, Omega-Fettsäuren und Diabetesprophylaxe und -Therapie. Interview mit Barbara Simonsohn zum Thema Chia **78**
- Buchtipps: Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg:
• Die 12 Salze des Lebens. 6. überarb. und erw. Aufl. 2013 **83**
• Deine Nahrung sei Dein Heilmittel – Ernährung im Biorhythmus **83**

Krankheitsbilder

- Roter Reis – ein natürlicher Cholesterinsenker
Fachbeitrag von Peter Schwarz, Heilpraktiker **8**
- Diabetes mellitus Typ 2 – folgenschwere Stoffwechselerkrankung
Ein zu hoher Blutzuckerspiegel kann durch Vitalpilze gesenkt werden
Fachbeitrag von Peter Elster, Heilpraktiker & Mykotherapeut **12**
- Blutzuckerwerte senken bei Diabetes und Schwangerschaftsdiabetes
Fermentiertes Obst und Gemüse schützt das Leben
Fachbeitrag von Ulla Janascheck **16**

Krankheitsbilder

Endometriose und ihre multifaktoriellen Ursachen Naturheilkundliche, ganzheitliche Behandlungsmöglichkeiten Fachbeitrag von Susanne Rothörl, Heilpraktikerin	29
Den Fuchsbau von innen stilllegen. Die Praxisklinik Venoproct behandelt Analfisteln nach dem Reißverschlussprinzip	32
Degenerative Gelenkerkrankungen: Collagen Hydrolysat in Verbindung mit Chondroitinextrakt, Glucosaminen und Hyaluronsäure mindern Fachbeitrag und Praxisbericht von Horst Jacob, Heilpraktiker	58
Das Komplexe Regionale Schmerzsyndrom CRPS (Morbus Sudeck) Eine Krankheit mit vielen Namen und Gesichtern Fachbeitrag von Reinhard Kupich, Heilpraktiker	60
Das Kind: Der besondere Patient Aufbaukonzept für ein spezifisches Immunsystem Fachbeitrag von Johannes W. Steinbach, Heilpraktiker	64

Wissenschaftliche Beiträge

Aktuelle Studien deuten auf einen Nutzen von Resveratrol bei Diabetes mellitus Typ 2 hin. Fachbeitrag von Heike Lück-Knobloch, Heilpraktikerin	18
Endstation Burnout? Neue Studie belegt: Bessere Stressresistenz bereits nach einmaliger Gabe	40
Schlafstörungen, Depressionen und Stress: An Magnesium-Mangel denken	41
Kalium – der vergessene Lebensretter Die internationalen Empfehlungen sind doppelt so hoch wie hierzulande Fachbeitrag von Dr. med. Ludwig Manfred Jacob	46
Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Orotsäure, eine vergessene Substanz erlebt eine Renaissance. Fachbeitrag von Dr. Dagmar Kemmling	48
Tropfen für die Seele – ein homöopathischer Weg zu neuen Kräften Die 4 Ebenen der Psychosomatischen Energetik Fachbeitrag von Uwe Volker Schoch, Heilpraktiker	52
Allergie: Gefahrensignal einer immunitären Dysbalance Mikroimmuntherapie (MIT): Neue Wege, die wirken Fachbeitrag von Dr. Ursula Bubendorfer	54
Vitamin B12-Mangel: Risikogruppen erkennen – irreversible Folgeschäden vermeiden. Zusammenfassender Symposiumsbericht von Dr. Claudia Müller	66
Cellulite – ein Hautzustand und keine Erkrankung. Neues über die Entstehung und Behandlung der „Orangenhaut“. Fachbeitrag von Jens Bielenberg, Apotheker	68
Motilitätsstörungen von Magen und Darm. Wirksame Alternative zu MCP? Studie spricht für Iberogast	71
Reisediarrhö-Prophylaxe: Zink anstatt Antibiotika Fachbeitrag von Heike Lück-Knobloch, Heilpraktikerin	72
Barotraumen des Mittelohres – Präventive Maßnahmen gegen Aerotis media Fachbeitrag von Jens Bielenberg, Apotheker	74
Neues aus der Stammzellenforschung: Zellalterung verlangsamen heißt Leben verlängern	84