

Detox –

gesund & vital auf natürliche Art!

Dieses Buch sollte jeder lesen!



Ganzheitlich entgiften und entschlacken

Die 8-Kräuterkur für ein gesundes Leben

Umweltmediziner sind sich einig: regelmäßige Entgiftung (engl. Detox) ist eine wichtige Voraussetzung, um gesund zu werden und zu bleiben. Es gibt auf der Welt inzwischen rund 12 Millionen chemische Substanzen, deren Auswirkung auf Gesundheit und Umwelt kaum bekannt ist. Wir brauchen gezielte, wirksame und intelligente Maßnahmen, um diese Stoffe wieder aus dem Körper zu lösen. Eine dieser Selbsthilfemethoden ist die Verwendung von speziellen Kräutern.

In diesem lesenswerten Buch erfahren Sie, wie Sie Ihre Gesundheit ganz einfach und sicher auf natürliche Weise verbessern. Ein wichtiger Ratgeber für die heutige Zeit!

144 Seiten nur 12,95 €

Jetzt versandkostenfrei bestellen!

Per Telefon: 07529 - 973 730

oder Coupon einsenden:

Ja, bitte senden Sie mir **das Buch „Ganzheitlich entgiften und entschlacken“** (144 Seiten) für € 12,95 €
Lieferung per Rechnung, versandkostenfrei in Deutschland.
Bitte gut lesbar in Druckschrift ausfüllen!

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Quintessence Abt. Buchversand
Wolfegger Str. 6 D-88267 Vogt

HP 2015/09

DIE THEMEN

Forum & Hintergrund

Wechseljahre: Hormontherapie häufig nicht gerechtfertigt	3
Editorial: Jeder Mensch ist verschieden	6

Aus der Praxis ... für die Praxis

Kurkuma – ein pflanzliches Heilmittel, aber auf die Dosis kommt es an! Fachbeitrag von Dipl.-Biologe Jens Meyer-Wegener	29
Schlafstörungen – oft Warnsignal einer überlasteten Leber Leber-Kräftigungskur durchbricht die Fehlregulation	33
Weniger Belastung, mehr Lebensqualität Mindful Walking hilft, Stress abzubauen	36
Stress in Deutschland – aktuelle Zahlen Stress am Arbeitsplatz führt zu selbstgefährdendem Verhalten	37
8. Internationaler Kongress der Deutschen Gesellschaft für Frequenztherapie e.V.	41
Verdauungsstörungen und deren Folgen Experten-Interview mit Prof. Dr. Volker Fintelmann	54
Schwermetallbelastungen – Ursachen, Diagnostik und Therapie Fachbeitrag von Dr. med. Gabriele Radermacher-Reuter, Michael Martin, HP	68
Infomobil der „Initiative Gesunder Magen“ klärt über Sodbrennen auf: Ein Symptom, zwei verschiedene Krankheiten	76
Achtsamkeit, Yoga und Gesundheit: Ausgewählte und individuelle Retreats und Retreat Hotels	82
Buchtipp – von Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg: • Deine Nahrung sei Dein Heilmittel – Ernährung im Biorhythmus	79
• Die 12 Salze des Lebens. 6. überarb. und erw. Aufl. 2013	81
• Kinder sanft und natürlich heilen, 1. Aufl. April 2009	81

Krankheitsbilder

Wechseljahre – mit der Mykotherapie durch die Zeit des Wandels Fachbeitrag von Corinna Schaar, Heilpraktikerin und Mykotherapeutin	8
Wechseljahresbeschwerden – die Frau in der TCM Fachbeitrag von Thomas Falzone, Dipl.-TCM & Mykotherapeut	12
Ein biografischer Wendepunkt für Frau & Mann: Die Wechseljahre Fachbeitrag von Angelika Gräfin Wolffskeel von Reichenberg, HP	14
Herausforderung Wechseljahre Aminosäure-Pool auffüllen mit fermentierter Rohkost Fachbeitrag von Ulla Janascheck	19
Wechseljahre – Belastung und Chance Pflanzenextrakte, Spurenelemente und Vitamine in den Wechseljahren Fachbeitrag von Birgit Kainka, Heilpraktikerin	20
Natürliche Hilfe bei trockenen Augen – Augenglück in den Wechseljahren	22

ZU MUNTER UND KOMMST NICHT RUNTER? SEDAKATT GEGEN SCHLAFSTÖRUNGEN



Krankheitsbilder

- Trockene Augen – Psychosomatische Risikofaktoren und Auswirkungen
im Alltag – Psychische Belastung beeinflusst Augengesundheit 34
- Spagyrische Zubereitungen bei Prüfungsangst
Fachbeitrag von Bärbel Hoffmeister, Heilpraktikerin 38
- Borreliose – Die naturheilkundliche Therapie einer Infektion mit Borrelien
nach einem Zeckenbiss. Fachbeitrag von Oliver Lorey, Heilpraktiker 40
- Wenn Essen krank macht – Neue Wege aus der Essstörung
Fachbeitrag von Dr. med. Didier Souveton 52
- Durchblutungsstörungen erfolgreich naturheilkundlich behandeln
Fachbeitrag von Dr. med. Reimar Banis 64
- Diabetische Neuropathie – Frühzeitige Diagnose – bessere Prognose! 71
- Burnout – Depressionen: Sucht oder Energiekrise des Körpers, Teil 1
Martina Fritsch, Dipl.-Chem., Heilpraktikerin 72

Wissenschaftliche Beiträge

- Schlafstörungen im Klimakterium
Aktuelle Studie zeigt Auswirkungen von nächtlichen Hitzewallungen 24
- HPV-Infektion mit langem Beobachtungszeitraum
Fachbeitrag von Msc Hildegard Münzel, Heilpraktikerin 26
- Curcuma ist nicht nur bei Krebs hilfreich
Fachbeitrag von Heike Lück-Knobloch, Heilpraktikerin 30
- Studie mit 757 Leber-Patienten bestätigt:
Mikronährstoffe verbessern erhöhte Leberwerte 32
- Die Kraft hochresonanter Frequenzen
Fachbeitrag von Martin Becker, Heilpraktiker in Much 42
- Selektive Informationstherapie – Beispiel: Hashimotothyreoiditis
Fachbeitrag von Dr. med. Sigrid Teupe, Internistin 44
- Schilddrüsenerkrankungen: Natürliche Jodsole in artesischem Mineralwasser
Fachbeitrag von Dr. med. Lutz Koch 46
- Natürliche Antibiose – ist das möglich?
Fachbeitrag von Bernhard Lotz, Apotheker 48
- Aminosäuren (AS) Fachbeitrag von Heike Lück-Knobloch, Heilpraktikerin 50
- Adipositas – Wie sich eine stille Inflammation zur Pandemie des
21. Jahrhunderts entwickelte. Fachbeitrag von Dr. Nicole Pietschmann 56
- Neue Studien bestätigen Wirksamkeit bei Dyslipidämien
Blutfettwerte mit Rotem Reis auf natürliche Weise verbessern 59
- Der Pischinger Raum – Ein für die Gesundheit wichtiges Kompartiment
Fachbeitrag von Peter Schwarz, Heilpraktiker 60
- Zinkmangel und Immunantwort – Mit Zink besser vor Ansteckung geschützt
Fachbeitrag von Dr. Christine Reinecke 66

Oft sind nervöse Unruhezustände die Ursache für eine mangelnde Schlafbereitschaft. Sedakatt hilft durch natürliche Wirkstoffe Unruhe auszugleichen, ohne die geistige Beweglichkeit zu beeinflussen. **Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns im Internet. Tel.: (05921) 7802-11 oder www.kattwiga.de**

Kattwiga



Sedakatt Tabletten. Die **Anwendungsgebiete** leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Schlafstörungen bei nervösen Unruhezuständen. Tabletten enthalten Lactose. Kattwiga Arzneimittel GmbH, Zur Grenze 30, 48529 Nordhorn, www.kattwiga.de **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage oder fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**