

# Inhalt

## MEDIZIN & WISSENSCHAFT

### 7 PRAKTISCHE TIPPS

Ernährung bei Krebs – undogmatisch, vielseitig und genussvoll

### 31 AKTUELLE STUDIE

Essen und Krebs – zwischen Mythos und Ignoranz

### 37 AM PULS DER ZEIT

Darmgesundheit

## GESUNDHEIT GESTALTEN

### 40 BACHBLÜTEN HELFEN HEILEN

Vervain: „Ich gebe Raum. Ich erkenne das Maß“

## BEWUSSTSEIN & PERSPEKTIVEN

### 12 MEINUNG

Ernährung: typgerecht und individuell

### 17 PERSPEKTIVENWECHSEL

Placebo – wie Bewusstsein heilt

### 21 SELBSTFÜRSORGE

Ich für mich – entscheiden Sie sich für das Leben!

### 36 HEILIMPULSE

Es recht zu machen jedermann, ist ein Kunst, die keiner kann





## **ERFAHRUNG & HINTERGRUND**

- 24 **PATIENTENBERICHT**  
Heide Fritsch: Alternative Heilmethoden und Vollwertkost
- 26 **INTERVIEW**  
Rüdiger Dahlke: Peace-Food – friedlich und umstritten

## **INFORMATIONEN**

- 4 **KURZ UND BÜNDIG**
- 42 **GFBK-INTERN**
- 46 **KALENDER**
- 48 **IMPRESSUM**