

*Titelfoto:
Kulturapfel
(Malus domestica
Borkh., Syn. Pyrus
malus L.)*



 **Schwerpunktthema:
Prävention**

-
- 6** Gesundheitsüberwachung in der Naturheilpraxis
– ein salutogenetischer Ansatz (Teil 1)
Wolfgang Spudy
- 11** Augendiagnose als Instrument der Prävention
Petra Kropf
- 13** Naturstoffe sind auch für den alten Patienten
oft ein Segen
Martina Schneider
- 18** Ubichinon-10
Bertold Heinze
- 22** Lichtkraft fürs Alter: Wacholder
– Phyto-Prävention für die Generation 60plus
Franz-Josef Fritschi
- 26** Infektionen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen:
Gezielte Prävention mit Vitalpilzen
Peter Elster

 **FDH-Fachfortbildung**

Die Literaturfortbildung
»Thema: Die Haut als Diagnostikum – Teil 2«
von Arne Krüger erscheint in der nächsten Ausgabe.

22 Lichtkraft fürs Alter: Wacholder

Bei den für Wacholder typischen Einsatzgebieten handelt es sich um Beschwerdebilder, die sich häufig in vorgerücktem Alter einstellen, auch wenn es sich dabei nicht immer um geriatrische Krankheiten im engeren Sinne handelt.



6 Gesundheitsüberwachung in der Naturheilpraxis

Die Salutogenese (salus = heil, genese = Entstehung) fragt nach den Ressourcen und den Ursachen der Gesundheit. Forschungsprojekte vieler Erkrankungen haben ergeben, dass die Krankheitsbewältigung und die Heilungschancen mit einer begleitenden Salutogenese tatsächlich steigen.



13 Naturstoffe sind auch für den alten Patienten oft ein Segen

Der geriatrische Patient profitiert von pflanzlichen Präparaten bei mittelschweren bis leichten Erkrankungen und chronischen Beschwerden. Phytopharmaka sind komplexe Mehrstoffgemische, die ein breites Wirkprofil haben.

Forum

- 29 Drogen- und Suchtbericht 2016 vorgestellt:
Mehr Achtsamkeit für unsere Gesundheit schaffen!
- 29 Computerspiel- und Internetabhängigkeit: Situation in
Deutschland – Auszug aus dem aktuellen Drogen- und
Suchtbericht
- 32 Haftpflichtversicherung plus Strafrechtsschutz
Franz-Dieter Schmidt

Forschung und Therapie

- 35 Störungen der körpereigenen Entgiftung
und deren Therapie
Dr. med. Birgitt Theuerkauf
- 39 Kopfschmerzen und Stress – Magnesium beugt vor
Dr. Christine Reinecke
- 41 Prävention nach dem Flexi-Carb-Prinzip
Prof. Dr. Nicolai Worm
- 45 Prävention bei Typ-2-Diabetes:
Wenn die Gene nicht mitlaufen
- 46 Typ-1-Diabetes: Antikörper verraten,
wie schnell Kinder erkranken
- 47 Volksleiden Nykturie oft ein Alarmsignal

48 Rezensionen

56 Verbandsinformationen

70 Kleinanzeigen

71 Impressum