

Länger und gesünder leben



Gefahren und Risiken

Ab sofort können Sie ohne Antibiotika leben – gesünder und besser als vorher3

Sinnvoller Umgang

Wann brauchen Sie wirklich ein Antibiotikum – und wann garantiert nicht?8

Natürliche Alternativen

Grapefruitkerne, Knoblauch und Vitalstoffe können Antibiotika ersetzen14

Die gefährlichsten Antibiotika

Fluorchinolone: Jedes Jahr erleiden 40.000 Deutsche schwerste Nebenwirkungen18

Antibiotika in der Tiermast

Vorsicht: Auch Fleisch und Eier können resistente Keime enthalten!20

Autovaccine

So nutzen Sie maßgeschneiderte individuelle Impfstoffe statt Antibiotika23