

Inhalt

MEDIZIN & WISSENSCHAFT

6 AM PULS DER ZEIT

Darmgesundheit und Immunsystem

BEWUSSTSEIN & PERSPEKTIVEN

15 MITEINANDER REDEN

Wertschätzende Kommunikation

29 HEILIMPULSE

Vielleicht

GESUNDHEIT GESTALTEN

25 DAS KANN ICH SELBST TUN

Die Kunst der Achtsamkeit

32 DAS GEHEIMNIS DER KNOSPEN

Knospenkraft für den Stoffwechsel

MENSCHEN & MEINUNGEN

11 INTERVIEW

Gerald Hüther: Ent-faltung geht von allein

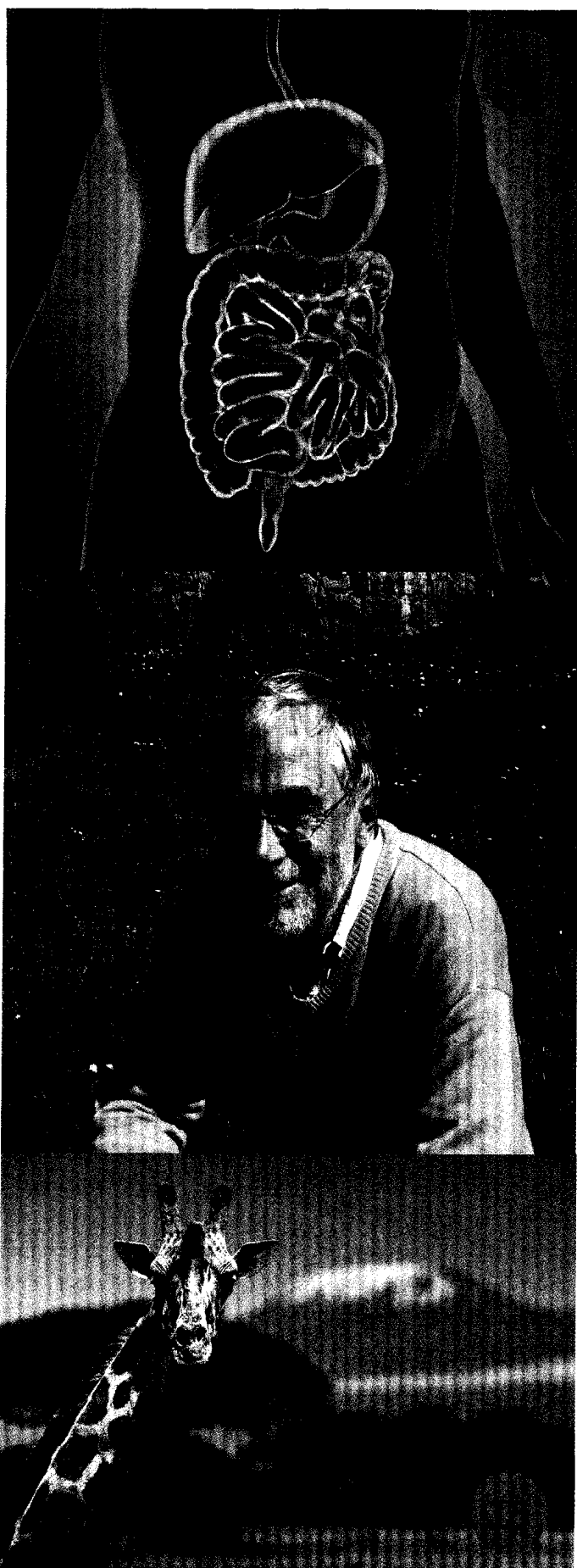
21 PATIENTENBERICHT

Sandra Dekorsy: Mein Weg durch die Krebstherapie in ein neues Leben

BEWUSST GENIESSEN

30 REZEPTE

Wildkräuter-Immunkraft im Wonnemonat Mai





34

© Silvia Hahnfeld stock.adobe.com | © Sandra Dekorsy
© Silvia Hahnfeld stock.adobe.com | © Silvia Hahnfeld stock.adobe.com

INFORMATIONEN

4 KURZ NOTIERT

Mistel hilfreich bei Lungenkrebs
Chemotherapie fördert Metastasen
Zu viel Hygiene schadet – Ökosystem Mensch

38 FÜR SIE ENTDECKT

Yuval Noah Harari: 21 Lektionen für das 21. Jahrhundert
Julia Seiderer-Nack: Was passiert im Darm?
Mechthild R. von Scheurl-Defersdorf, Hrsg.: Wir sind füreinander da

34 SPRECHSTUNDE

Brustkrebs: Metastasierung nach Biopsie
Salvestrole erst nach der Chemo
Magnesium bei Osteoporose?
Vitamin D und Prostata

41 DANKE

42 AUS DEM LEBEN DER GFBK

46 KALENDER

48 AUSBLICK/IMPRESSUM