

10

Was die Naturheilkunde bei
Hämorrhoiden leisten kann

Abbas und Kian Schirmohammadi

15

Resorptionsstörungen

Fabian Müller

20

Reizdarmsyndrom und
Ernährung

Stefanie Möller-Peske

24

Ernährungsformen und
Verdauung

Alexia Ilgner

27

Das Reizdarmsyndrom –
Diagnostik und naturheilkundliche
Behandlung, Teil 2

Sigrid Selzer

30

Die Artischocke: zartbittere
Unterstützung für Leber und Galle

Lilian Kura

34

Ernährung und Verdauung in der
Traditionellen Chinesischen Medizin

Dr. Martina Bögel-Witt

42

Therapie mit Protonen-
pumpenhemmern

Peter Schwarz

46

Tabuthema Verstopfung

Lena Grillmeier

49

Fachforum

Die Süßholzwurzel –
Liquiritiae radix

Sophie Müller-Quick

Ab Seite 49

Selbsteilungskräfte stärken –
Immunsystem aktivieren

Christine Baumann

Ab Seite 54

Cholesterin versus Homocystein
Kardiovaskuläre Risiken und
Prävention

Dr. med. Eberhard J. Wormer

Ab Seite 59

64

Horizont

Visionssuche – die Natur als
Heilerin und Lehrerin

Peter Maier

Ab Seite 64

Wie man lebt, so stirbt man

Im Gespräch mit Werner Gross

Ab Seite 67

71

Neues

Medien & Bücher

Ab Seite 71

Industrie & Forschung

Ab Seite 73

Editorial	1
Panorama	4
Vorschau & Impressum	78 – 79
Kurs- / G-Anzeigen	80

Symbole

-  Diagnostik
-  Rezept
-  Ernährung
-  Wirkung
-  Info
-  Buchtipps
-  Surftipp
-  Literatur