

Inhalt

BEWUSSTSEIN & PERSPEKTIVEN

- 6 *SEELISCHE ASPEKTE*
Irmgard Eckermann: Wandlung aus der Tiefe
- 12 *PRÄSENT & DA SEIN*
Anke Zeitz: Fußspur in eine neue Richtung

GESUNDHEIT GESTALTEN

- 26 *PRAKTISCHE TIPPS*
Petra Barron: Wie kann der Perspektivenwechsel gelingen?
- 35 *BIOCHEMIE NACH SCHÜSSLER*
Manfred Nistl: Schüssler-Salze, „eine abgekürzte Therapie“

MENSCHEN & MEINUNGEN

- 20 *INTERVIEW*
Prof. Dr. med. Ingrid Gerhard: Für mich war es eine sehr aufregende Zeit
- 28 *INTERVIEW*
Angela Keller mit Beatrice Anderegg: Wege zum Urvertrauen in herausfordernden Zeiten
- 30 *PATIENTENBERICHT*
Karen Abel: Leben als Palliativpatientin

BEWUSST GENIESSEN

- 38 *REZEPTE*
Volker Mehl: Wie schmeckt die Küche des Ayurveda?

CARTOON

34 **WIEDERSEHEN**

Nathalie Bromberger

INFORMATIONEN

4 **KURZ NOTIERT**

Ausdauersport kann das Krebsrisiko verringern

Akupressur bei Schlafproblemen

Einfluss von Vitamin D auf das maligne Melanom

13 **JUBILÄUMSBERICHT**

Susanne Schimmer und Julia Malcherek:

GfBK: 40 Jahre an Ihrer Seite

40 **SPRECHSTUNDE**

Misteltherapie

Ganzkörperhyperthermie – Kontraindikationen

Vitamin D verbessert das Überleben bei Hautkrebs

Vitamine während Chemotherapie

43 **DANKE**

44 **AUS DEM LEBEN DER GFBK**

46 **FÜR SIE ENTDECKT**

50 **KALENDER**

52 **AUSBLICK/IMPRESSUM**

HINWEIS

Im Sinne der Geschlechtergerechtigkeit wechseln wir männliche und weibliche Formen ab und wünschen uns, dass sich Menschen aller Geschlechtsidentitäten angesprochen fühlen.