

**10**

**Der Magen – der erste Beginner**

*Markus Engel*

---

**16**

**Häufige Magen-Darm-Beschwerden  
und ihre Behandlung**

*Nikolas Reichert*

---

**21**

**Harmonie der Mitte dank  
pflanzlicher Urtinkturen**

*Sabine Ritter*

**46**

**Spezial: Ernährung**

Safran – für die Seele und den  
inneren Alchemisten

*Tobias Eisenkolb*

**Ab Seite 46**

Darm gesund, Mensch gesund  
Was die Fermentation bewirken kann

*Ulla Janascheck*

**Ab Seite 52**

Körper in Balance  
Welche Rolle spielen Nahrungs-  
ergänzungsmittel?

*Nathalie und Dr. med. Edmund Schmidt*

**Ab Seite 54**

Brain Food  
Essen für die gute Laune

*Martina Schneider*

**Ab Seite 58**

**27**

**Verqualmung des Magens**

*Peter Germann*

---

**30**

**Probiotische Darmsanierung**

*Wolfgang Spiller*

---

**38**

**Das Reizdarm-Syndrom  
in der TCM**

*Birgit Ziegler*

**61**

**N\_Erfolg**

Nebenberuflich erfolgreich  
Gewerbeeinkünfte als zweites Standbein

*Monika Jochner*

**Ab Seite 63**

Rechtsschutz in der Praxis  
Die Absicherung ist kein Luxus

*Holger Ullrich*

**Ab Seite 67**

Datenschutz: Warum der Google-Kalender  
für Praxen keine gute Idee ist

*Patrik Inzinger*

**Ab Seite 68**

**70**

**Neues**

Medien & Bücher

**Ab Seite 70**

Industrie & Forschung

**Ab Seite 72**

Editorial	1
Panorama	4
Vorschau & Impressum	77 – 78
Kurs- / G-Anzeigen	79 – 80

## ***Symbole***

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