

# NATUR & HEILEN

DIE MONATSSCHRIFT FÜR GESUNDES LEBEN

# 2007

## INHALT

mit Stichwortverzeichnis

### Nachschlagen leicht gemacht

	Seite
<b>1 HAUPTBEITRÄGE</b>	II, III + IV
<b>2 SEITE FÜNF/SEITE NEUN</b>	IV
<b>3 KURZ NOTIERT</b>	IV+V
<b>4 BERATUNGSSERVICE</b>	VI
<b>5 TIPPS</b>	VI+VII
<b>6 AKTUELLE UMSCHAU</b>	VII
<b>7 FIRMENNACHRICHTEN</b>	VII
<b>8 BÜCHER</b>	VIII + IX
<b>9 ZU GUTER LETZT...</b>	IX
<b>STICHWORTVERZEICHNIS</b>	X-XVI

# Was – Wo – Wie

Das Jahresverzeichnis NATUR & HEILEN ist in neun Rubriken plus Stichwortverzeichnis (Index) gegliedert. Die Rubriken wiederum sind nach Themen und Überschriften alphabetisch geordnet.

Und so finden Sie sich zurecht: Die hinter Überschrift bzw. Stichwort stehenden Ziffern geben Heftnummer und Seitenzahl an. Ein Beispiel: „Halsschmerzen 2/52“ bedeutet, dass in Heft 2 (Februarausgabe) auf Seite 52 über „Hausmittel bei Halsschmerzen“ berichtet wird.

## HAUPT BEITRÄGE

### BEWUSST-SEIN Heft/Seite

Absichtsvolle Einfachheit (Jon Kabat-Zinn)	5/10
Das Leben: ein Spiel mit vielen Möglichkeiten (Kurt Tepperwein)	8/10
Die dynamische Kraft des „Ich bin“ (Catherine Ponder)	6/10
Die Illusion, man könne Glück für immer besitzen (Anselm Grün)	7/10
Die Stille der Meditation heilt (Renate & Eckhard Moog)	11/10
Glück ist dort, wo du bist (Osho)	3/10
Gutes Leben beginnt so (Anselm Grün)	4/10
In jedem von uns brennt ein Licht, das alle Finsternis vertreibt (Nick Williams)	2/10
Indem wir vertrauen, lernen wir zu vertrauen (Julia Cameron)	1/10
Mehr als je zuvor unsere inneren Werte stärken (Dalai Lama)	10/10
Und heute ist ein neuer Tag (Michael Kuhn)	9/10
Vom bewussten Loslassen (Elfrida Müller-Kainz/Hedwig Hajdu)	12/10

### BEWUSSTES LEBEN Heft/Seite

Lieber unwissenschaftlich gesund als wissenschaftlich krank! (Renate Petra Mehrwald)	11/28
--	-------

### ERNÄHRUNG Heft/Seite

Carob – Natürlich süße Energie für jung und alt (Viola Rudloff)	12/34
Die Klassiker der Nahrungsergänzung (1. Teil) (Norbert Messing)	3/14
Die Klassiker der Nahrungsergänzung (2. Teil) (Norbert Messing)	4/48
Erquickende Quitten (Ilse Averswald)	9/48
Functional Food. Ist Funktionelle Nahrung wirklich so gut, wie sie verspricht? (Viola Rudloff)	11/34
Gesund mit der Algenküche: Meeresalge Agar Agar – hochwertiger Gelatineersatz (Viola Rudloff)	5/48
Kohlrabi – ein Gesundheitsbringer (Willi Dommer)	3/48
Rohkost-Wegweiser. Durchs Labyrinth	

der ursprünglichen Heil-Nahrung (1. Teil) (Norbert Messing)	6/12
---	------

Rohkost-Wegweiser. Durchs Labyrinth der ursprünglichen Heil-Nahrung (2. Teil) (Norbert Messing)	7/46
Vitalstoffreiche Goji-Beeren für Kopf und Körper (Heike Lück-Knobloch)	10/48

### FRAUENHEILKUNDE Heft/Seite

Ein weltweites Phänomen: Kaiserschnitt – Eine Abkürzung mit Folgen (Dr. Angelica Ensel)	7/26
---	------

### GANZHEITLICH HEILEN Heft/Seite

Gesund sein, gesund bleiben (Renate Petra Mehrwald)	1/12
Heilsames Fingertheater – Puppenspiel als Therapie (Norbert Messing)	2/20
Psychosomatik: Körper und Seele im Dialog (1. Teil) Hintergründe von Tinnitus, Herzrhythmusstörungen, Reizdarm-Syndrom und Schlafstörungen (Dr. Isabell Bloss)	5/20
Psychosomatik: Körper und Seele im Dialog (2. Teil) Hintergründe von Rückenschmerzen (Dr. Isabell Bloss)	6/48

### GESUNDES LEBEN Heft/Seite

Bambussalz – Gewürz und Heilmittel buddhistischer Mönche (Gregor Wilz)	2/46
Birkenasche zur Entgiftung und Entsäuerung des Blutes (Günter A. Ulmer)	1/34
Daueranspannung macht krank: Stressbewältigung im Alltag (Michael Bauer)	9/42
Die intrazelluläre Entsäuerung: Endlich richtig entgiften! (Hannelore Fischer-Reska)	9/20
Fit ohne Sport. Entdecken Sie Ihr verborgenes Bewegungspotential! (Dr. Isabel Bloss)	11/40
Frühlingszeit – Fastenzeit. Jedem Menschen seine Fastenkur (Barbara Kunick-Wünsche)	3/32
Ganzheitliches Gehirnjogging: Klarer Kopf – ein Leben lang! (Norbert Messing)	10/12
Heilkreide-Kur für zuhause (Renate Petra Mehrwald)	12/28

Keine Angst vor der Sonne. Richtiges Sonnenbaden ist Medizin (Marc Roger Reichel)	8/20
Keine Angst vor wilden Pflanzen – Un-Kräuter, unsere grünen Verbündeten (Renate Petra Mehrwald)	4/26
Leicht prickelnd und erfrischend: Wasserkefir (Karin Possin)	7/40
Phänomen Brottrunk. Geheimtipp und Jungbrunnen (Renate Petra Mehrwald)	10/20
Stein- und Erdöl für die Gesundheit. Tiroler Steinöl, Schwarze Zugsalbe, Petroleum, Petrolatum (Renate Petra Mehrwald)	6/22
Ziegenmilch - die gesündere Alternative. Viel mehr als nur ein Nahrungsmittel (Renate Petra Mehrwald)	2/26

### HOMÖOPATHIE Heft/Seite

Gifte mit Heilwirkung. Erstaunliche Heilkraft hochgefährlicher Schlangengifte (Anneke Bosse)	4/44
Wage es, dich deines Verstandes zu bedienen! Der rote Faden zum homöopathischen Mittel. Interview mit Anne Schadde (Anne Devillard)	10/26

### INTERVIEW Heft/Seite

Das Geschenk des gemeinsamen Abschieds. Interview mit Ruth Eder (Anne Devillard)	12/27
Den Zugang zu seinen Selbstheilungskräften trägt jeder in sich. Interview mit Gabriele Böhm (Elke Wörle)	7/36
Es gibt keine größere Heilkraft als die Liebe. Interview mit Dr. Klaus-Dieter Platsch (Doris Iding)	5/28
Gewaltfreie Kommunikation – Wege zu einer Sprache der Einfühlbarkeit. Interview mit Marshall Rosenberg (Doris Iding)	2/32
In der Hingabe an das Leben, das uns will, heilen wir. Interview mit Dr. Wolf Büntig (Anne Devillard)	1/26
Kreativität & Spiritualität: Die Geschichte seines Lebens schreiben. Interview mit Liane Dirks (Anne Devillard)	6/36
Sorget euch nicht um den morgigen Tag. Interview mit Eugen Drewermann (Doris Iding)	9/28

### KÖRPER UND SEELE Heft/Seite

Craniosakral-Selbstbehandlung: Der Weisheit des Körpers lauschen (Daniel Agustoni)	1/46
--	------

### MENSCH UND NATUR Heft/Seite

Die Heilung der Entwurzelung (Jill Möbius)	4/20
Die Wunderwelt der Bienen in Gefahr – Honigernte und Bienensterben (Renate Petra Mehrwald)	7/12

### MENSCH UND UMWELT Heft/Seite

Der Garten: Das Paradies. Ein Streifzug durch die Gartenkultur (Constanze Lüdicke)	6/28
Erdstrahlen auf der Spur. Beratung, Messung und Orientierungshilfen (Norbert Messing)	8/12
Klimawandel: Handeln statt Reden! (Hans Harress)	5/36

### NATURHEILKUNDE Heft/Seite

Alle Jahre wieder: Heuschnupfen. Mögliche Ursachen und Therapieansätze (Dr. med. M. Völker)	3/28
Die unterschätzte Volkskrankheit: Osteoporose. Selbsthilfe und Vorsorge-maßnahmen (Thomas Klein)	9/34
Es geht auch ohne Pillen: Blutdruck senken (Dr. Isabell Bloss)	12/12
Männersache Prostata. Naturheilkundliche Therapien der häufigsten Prostata-Erkrankungen (Ulrich Zenker)	2/12
Morbus Crohn & Colitis ulcerosa – 5 Schritte zur Gesundung (Andreas Ulmicher)	4/12
Natürliche Immunstärkungsmittel (1. Teil) Von Kräutern und Wirkstoffen (Norbert Messing)	11/12
Natürliche Immunstärkungsmittel (2. Teil) Von Kuren und abwehrstärkenden Maßnahmen (Norbert Messing)	12/44
So bekommen Sie Ihre Migräne ohne Medikamente in den Griff! (1. Teil) Auslöser erkennen und vermeiden (Dr. Konrad Taubert)	10/34
So bekommen Sie Ihre Migräne ohne Medikamente in den Griff! (2. Teil) Selbstbehandlung im akuten Fall (Dr. Konrad Taubert)	11/44
Wirksame Hilfe bei Cellulite & Lipödem (Dr. Thomas Weiss)	8/40

### NATURKOSMETIK Heft/Seite

Japanische Schönheitsgeheimnisse (Constanze Lüdicke)	4/36
--	------

### SANFTE MEDIZIN Heft/Seite

In Morpheus' Armen. Neueste Erkenntnisse aus der Schlafforschung (Irene Dalichow)	1/38
Höhlenkunde: In Heilhöhlen und Meersalzgrotten Gesundheit tanken (Sabine Naumann)	5/42
Krampfaderverödung nach Prof. Dr. Paul Linser (Dietmar Ehinger)	6/42
Unsere ureigenste perfekte Medizin: Eigenharn (Barbara Kunick-Wünsche)	8/28
Kolloidales Silber. Natürliches Antibiotikum – ohne Nebenwirkungen! (Barbara Kunick-Wünsche)	11/20
Herzensruhe mit pflanzlich-homöopathischen Urtinkturen (Margret Rupprecht)	12/22
Der Atem. Das Tor zu gesundem Leben (Julia Johannsen)	3/40
Schädel-Akupunktur nach Yamamoto	

(Andrea Himmelstoß)	10/42
Honigmassage zur Entgiftung über die Haut (Edith Egel)	7/22
Bierhefe – ein „Wirkstoff-Multi“ der Natur (Norbert Messing)	9/14

**WEGE NACH INNEN** Heft/Seite

Auf Schatzsuche: Finden Sie Ihren Seelenschatz (Renate Petra Mehrwald)	8/36
--	------

2

SEITE FÜNF  
SEITE NEUN

<b>A</b> dern der Liebe (Ulrich Schaffer)	12/9
<b>E</b> in sonniges Lächeln (unbekannt)	2/5
<b>G</b> anz für sich allein (Jiddu Krishnamurti)	11/9
<b>G</b> ib, was du bekommen willst (Helga Franziska Noack)	3/5
<b>G</b> lück gibt es nur, wenn wir vom Morgen nichts verlangen (Hermann Hesse)	9/9
<b>G</b> utes können wir nicht erschaffen (Khalil Gibran)	1/5

3

KURZ  
NOTIERT

<b>A</b>	Heft/Seite
Afrika-Safari: Schlafkrankheit droht	1/7
Akupressur und Ingwer gegen Übelkeit in der Schwangerschaft	3/6
Akupressur verhindert Übelkeit nach OP	4/8
Allergisch gegen Handy	10/8
Altes Gartenwissen	5/6
Anders waschen	3/7
Antidiabetische Wirkung der Hintonia-Rinde	10/6
Auch antidepressive Therapie hilft nach Infarkt	11/7
Auch Diät-Cola schwächt die Knochen	3/6
Autismus ist keine seltene Erkrankung	2/6
Autismus: Hunde fördern soziale Kontakte	6/6
<b>B</b>	Heft/Seite
Bewährtes Training gegen Tinnitus, Hörsturz und Schwindel	2/8
Bilder als Klänge	7/8
Biologische Verfahren ergänzen Therapie gegen Lungenkrebs	2/9
Blutwurz hilft bei akuter Colitis ulcerosa	7/8
Boerickes Arzneimittellehre und Kents Repertorium im Paket	4/8
Böse Worte verhärten die Arterien	3/7
Brusterhaltend operierte Frauen leben länger	9/6
<b>C</b>	Heft/Seite
Chili für die schlanke Linie	4/6
Chrom in Leder reizt Allergiker	11/6
Curry gegen Arthritis	7/6
<b>D</b>	Heft/Seite
Darmkrebsvorbeugung aus der Küche	2/7
Dauerstress schwächt Lebenssinn und Lebensmut	8/6

**WISSENSWERTES** Heft/Seite

Die Milchfalle. Was wir gegen Milch- und Milchprodukte-Unverträglichkeit tun können (Klaus Oberbeil)	1/18
Gesundheitsreform: Wenn ein Gesundheitssystem ausgedient hat... (C.-Andrea Lippert)	3/22
Magie des Wassers. Eine Zeitreise durch	

<b>I</b> n der Natur setzen sich Aktion und Reaktion immer fort (Swami Prajnanpad)	7/5
<b>M</b> an muss Geduld haben (Rainer Maria Rilke)	6/5
<b>S</b> etz dich an einen Bach und sei einfach da. (Swami Kriyananda)	8/5
<b>W</b> as immer du meinst (Johann Wolfgang v. Goethe)	5/5
<b>W</b> enn ich mein Leben noch einmal leben könnte (Jorge Luis Borges)	4/5
<b>W</b> er kreativ veranlagt ist ... (Yogananda)	10/9

<b>A</b>	Heft/Seite
Diabetes am Geruch erkennen	8/8
Diaphragma – eine sichere Alternative	2/6
Die frühe Beschäftigung mit Musik erhöht IQ-Wert	3/8
Die heilende Kraft des Essigs	8/8
Die Katze: Vorbild für Alltagsbewältigungen	5/8
Die Wurzel verrät das Alter	1/6
Druck erhöht den Druck	7/6
<b>E</b>	Heft/Seite
Ein Augenblick genügt	2/6
Einsamkeit leistet Alzheimer Vor Schub	10/8
Einsamkeit verdoppelt Risiko, an Alzheimer zu erkranken	4/7
Energy-Drinks verhelfen nur zu kurzfristigen Energieschüben	4/7
Erstmilch von Kühen besser als Impfung	5/7
Es wird zu viel geröntgt	11/8
<b>F</b>	Heft/Seite
Fernsehen raubt den Schlaf	10/6
Fisch schützt Kleinkinder vor Allergie	3/6
Folsäure senkt Schlaganfallrisiko	12/6
Frauen schlaffen allein besser	9/8
Frühe Antibiotikagaben fördern Asthma	3/7
<b>G</b>	Heft/Seite
Gefahr für die Zähne: Wer Saures liebt, sollte vorsichtig sein	10/8
Gehirn kann sich erholen bei Alkohol-Abstinenz	5/6
Gerstenkorn: Trockene Wärme bringt Linderung	8/9
Ginkgo-Extrakt: kein Einfluss auf die Blutgerinnung	7/7
Granatapfel bremst Prostata- und Brustkrebs	6/8

Granatapfelsaft bei entzündlichen Gelenken	12/6
Greenpeace-Studie zeigt: Milch ist nicht gleich Milch	1/8
Grüner Tee: Entgiftungsmechanismus schützt vor Krebs	11/7
Gut fürs Herz: Tanzen statt joggen	1/9
<b>H</b>	Heft/Seite
Handys: Tödliche Gefahr bei Gewitter?	4/9
Helicobacter mag kein Olivenöl	7/7
Herzinfarkt: Für manche Paare ist es ein Neuanfang	10/8
Hochwertige Kalender für das neue Jahr	1/7
Homöopathie gegen Arsenvergiftung: Tests mit Arsenicum album erfolgreich	8/7
Honig gegen antibiotikaresistente Keime im Krankenhaus	2/6
Hörbuch „Essenzen homöopathischer Arzneimittel“	6/7
<b>I</b>	Heft/Seite
Immer mehr Jugendliche haben Hörprobleme	12/7
<b>K</b>	Heft/Seite
Katzenschnurren gegen Knochenschwund	1/9
Kefir als Anti-Allergikum nutzen	4/8
Kinder lernen Waldtiere kennen	9/7
Klimawandel verändert Lebensmittel	9/8
Kopfweh nach Karibikurlaub – Vorsicht!	2/7
<b>L</b>	Heft/Seite
Lavendelduft gegen Stress	1/7
Lebensstil der Frauen beeinflusst Brustkrebsrisiko	12/8
<b>M</b>	Heft/Seite
Magnesium schützt vor gefährlicher Wohlstandskrankheit	8/7
Marihuana-Hautcreme gegen Allergien	10/6
Medikamente können Augenbeschwerden verursachen	5/7
Mehr Power durch ein kurzes Schläfchen	12/8
Migräne setzt dem männlichen Herzen zu	6/6
Milch und Obst für den Raucherentzug	10/7
Mineralwasser als Calciumquelle	6/8
Mit Aroma-Bauchmassage gegen Menstruationskrämpfe	7/8
Moor steigert die Fruchtbarkeit	7/8
Muttermilch: Kühl und nicht länger als zwei Tage lagern	10/6
<b>N</b>	Heft/Seite
Nach einer Erkältung muss eine neue Zahnbürste her	7/6
Neue Broschüre „Eine Chance mehr bei Prostatakrebs“	11/6
Nicht auf den Durst warten	4/9
Nicht bohren in den Ohren!	6/8
Nicht nur Krafttraining, auch Gymnastik wirksam bei Osteoporose	2/9
<b>O</b>	Heft/Seite
Originelle Nachteile	6/7
Ostrogenimitierende Wirkung von Teebaum- und Lavendelöl	6/9
<b>P</b>	Heft/Seite
Praktisches homöopathisches Repertorium	3/6

Präparatelite Naturheilkunde 2007	8/9
Propolis gegen Krebs	10/7
Pubertät der Mutter spielt Rolle bei Fettleibigkeit der Kinder	9/6
<b>R</b>	Heft/Seite
Rauchen bedroht junge Brüste	11/8
Rauchen lässt das Hirn schrumpfen	5/6
<b>S</b>	Heft/Seite
Sauerstoffmangel – Ursache für Alzheimer?	5/9
Schimmelpilze und Keime im Sodawasser	4/6
Schlangen als Erdbebenwarner	6/8
Schneller gesund durch Osteopathie	5/9
Schuppenflechte kann Herzinfarkttrisiko verdreifachen	2/6
Schwarzer Tee – gesund nur ohne Milch	7/8
Selen für die Schilddrüse	11/8
Siesta für das Herz	6/6
Spaziergänge schützen vor Erkältung	12/7
Speichel als Schmerzmittel	6/7
Steigerung des persönlichen Potentials durch Suggestions- und Gesprächstherapie	8/8
Stress häufiger Grund für frühe Fehlgeburten	4/6
Stress verursacht Cholesterinprobleme	3/8
<b>T</b>	Heft/Seite
Tabak strahlt stärker als Blätter rund um Tschernobyl	11/6
Therapeutisches Taschenbuch	9/8
Tiefkühlware: So erkennen Sie verdorbene Produkte	3/9
Trennung der Eltern – auch das führt bei Kindern zu Migräne	2/8
Trüb ist gesünder	8/6
<b>V</b>	Heft/Seite
Veränderter Akzent nach Schlaganfall	7/9
Verteufelt oder lebensnotwendig? Die Wahrheit über Cholesterin	6/9
Viel Fisch – wenig Akne	1/6
Viel Wasser in der Nahrung erleichtert das Abnehmen	11/7
<b>W</b>	Heft/Seite
Wadenkrämpfe – Vorbeugung und Hilfe	12/6
Waldkiefer „Baum des Jahres“ 2007	1/6
Walnuss gesünder als Olivenöl	5/6
Warum haben wir im Flugzeug häufig Druck auf den Ohren?	9/7
Web-Adressbuch 2007	2/8
Wein wirkt auch ohne Alkohol	11/8
Weniger schmerzempfindlich durch Meditation	4/9
Wer vor der Operation Magnesium einnimmt, ist nach der OP besser drauf	10/7
Wir verhüten mit der Pille...	9/6
Wohlfühlkurse in Jugendherbergen	6/6
<b>Z</b>	Heft/Seite
Zähmt Zink Zappelphilippe?	12/8
Zellschutz und Immunabwehr mit pflanzlichen Konzentraten	12/6
Zitronen für Raumfrische	11/8
Zu dick nach dem ersten Kind? Das Fett-Gen ist schuld	1/8
Zu viel Desinfektionsmittel im Haushalt	3/8
Zweisprachige Menschen sind im Vorteil	7/7

A	Heft/Seite
Ablagerungen in der Halsschlagader und hohe Cholesterinwerte	1/54
Akne: Eichenrinde kann helfen	8/54
Antikörper-Desensibilisierung bei Unfruchtbarkeit	4/54
Auto-Klimaanlage: Pro oder contra?	9/54
B	Heft/Seite
Bessere Cholesterinwerte durch Leberstärkung	8/54
Bewährte Großmutterrezepte gegen Sonnenbrand	6/54
Bewährte Hausmittel bei Husten	3/55
D	Heft/Seite
Drehschwindel Morbus Menière	4/54
F	Heft/Seite
Fettsplattende Enzyme und Übergewicht	7/54
G	Heft/Seite
Gemüsebrühe ohne Glutamat	11/55
H	Heft/Seite
Hartnäckiger Nagelpilz	5/54
Hausmittel bei Husten	1/54
Herzklappenentzündung durch Streptokokken	11/54

A	Heft/Seite
Arnika nach Schlaganfall	9/53
B	Heft/Seite
Beinwellsalbe bei Trigeminusschmerzen	3/53
D	Heft/Seite
Die beliebtesten Weihnachts-Gewürze: gut auch für die Gesundheit!	12/52
E	Heft/Seite
Eigenurin gegen Tinnitus	7/53
Es muss nicht immer Fleisch sein: Man kann auch vegetarisch grillen	7/52
F	Heft/Seite
Frühlingsfit durch Mispeln	5/52
G	Heft/Seite
Gesunder Grünspargel	6/52
H	Heft/Seite
Hafer: Aufbau- und Kräftigungsmittel in der kalten Jahreszeit	11/53
Hämorrhoiden: Eichenrinde und Beinwell helfen	11/53
Heilsame Mooranwendungen für jeden Tag	9/52
Heißer Genuss für kalte Tage: Kostbarer Weißer Tee	1/52
Hilfe bei Drehschwindel	7/53
Hopfen – „Arzneipflanze des Jahres 2007“	2/50
Hortensien brauchen Eisen	5/53
Hühneraugen aufweichen	4/53

M	Heft/Seite
Maßnahmen bei Osteoporose	3/54
Maßnahmen bei Rosacea	5/54
Mit Hausmitteln gegen Halsschmerzen: Cystus-Sud und Backpfeil können helfen	2/53
O	Heft/Seite
Offenes Bein nach Krankenhausaufenthalt	9/54
Operation bei Trigeminusneuralgie?	2/52
S	Heft/Seite
Schutz vor steigender Zeckenstich-Gefahr	6/54
Sind aluminium-chlorhaltige Deos gesundheits-schädlich?	7/54
Sind Aprikosenkerne giftig?	10/54
Stark juckendes Lippen-Ekzem	12/54
V	Heft/Seite
Verschiedene Fragen zur Eigenharn-Therapie	12/54
Z	Heft/Seite
Zahnwurzelresektion	10/54

I	Heft/Seite
Ingwerwein bei Gerstenkorn	9/53
K	Heft/Seite
Kartoffelsud für den empfindlichen Magen	2/51
Kletten für gesunde Haare – eine vielseitig verwendbare Heilpflanze	10/52
Knoblauch zur Vorbeugung arterieller Erkrankungen	6/53
L	Heft/Seite
Lebensmittel nur begrenzt haltbar: Kühlschränke sind keine Kühltruhen!	4/52
Leber als Auslöser von Pigmentstörungen	8/53
M	Heft/Seite
Malvenblütentee bei Husten und Heiserkeit	12/53
Microkinésitherapie bei Kalkschulter	8/53
S	Heft/Seite
Salat-Diät für heiße Sommertage	8/52
T	Heft/Seite
Teebaumöl bei Lippenherpes	2/51
Thymianpflaster bei tiefen Pickeln und Furunkeln	1/53
Tipp gegen starkes Frieren	1/53
Tipps gegen Sodbrennen	12/53
U	Heft/Seite
Ueberlebenssuppe der hl. Hildegard	10/53
V	Heft/Seite
Verdauungsfördernde Sauerampfer-Suppe	5/53

W	Heft/Seite
Warburgia salutaris: Der heilkräftige Pfefferbaum aus Afrika	3/52
Wassertrinken gegen Cholesterin	3/53
Wirbelsäulen-Korrektur bei Nackenschmerzen	10/53

A	Heft/Seite
Afrikanische Seen schrumpfen	2/56
Arzneimittelfälschungen bei unseriösen Internethändlern nachgewiesen	4/56
Ärztinnen dringend gebraucht!	1/57
Autoverkehr ist die größte Quelle von Schwermetallen	6/56

B	Heft/Seite
Bio-Lebensmittel: „Verwässerung“ durch EU-Öko-Verordnung befürchtet	5/56
Borreliose-Risiko im Waldkindergarten	6/57

D	Heft/Seite
Der Klimawandel bringt neue Insekten	11/56
Die ARCHE – eine Lebensgemeinschaft für behinderte und nicht behinderte Menschen	4/56

E	Heft/Seite
Energiesparlampen und ihre Nebenwirkungen: Zum Klima freundlich, zur Umwelt schlecht!	12/56
Erfolg bei Alzheimer mit Gruppentherapie	6/57
Erfolgreicher Einsatz von trainierten Therapiehunden im Altenheim	2/57
EU verbietet künftig quecksilberhaltige Fieberthermometer	11/57
EU: Ist Bio gleich Bio?	8/57

F	Heft/Seite
Fischsterblichkeit in den Ozeanen durch Plastikmüll!	6/56
Forscher finden Hinweise: Tumore durch Handy-Telefonate?	9/56
Für eine Welt ohne Armut	10/56

G	Heft/Seite
Gebärmutterhalskrebs: Fragwürdige Impfung	3/56
Gen-Hefe im US-Wein	3/57
Großer Biologe und Weltordner Carl von Linné: 300. Geburtstag	9/56

Salzhäus'! Himalaya-Kristallsalz GmbH:	Heft/Seite
Eine neue Generation von BIO-Müslis!	
Den Tag gesund beginnen!	9/63

Z	Heft/Seite
Ziegenmilch und Propolis-Gesichtswasser gegen Akne	4/53
Zuviel Salz in der Suppe	6/53
Zwiebelsäckchen und Rotöl gegen Ohrenschmerzen	11/53

I	Heft/Seite
Immer aufgeklärtere Patienten kämpfen für ihre Rechte	9/57
Immer weniger Vogelgezweitscher?	3/56
Impfen: Freie Entscheidung oder Zwang?	12/56
Infoblatt zur Gesundheitsreform	8/57
Italien lässt Cannabis gegen Schmerzen zu	7/56

K	Heft/Seite
Kein Lavendel mehr gegen Motten?	3/57
Krank durch Lebensmittelfarben	11/57

M	Heft/Seite
Mehr Pflanzen sorgen für mehr Regen	1/56

N	Heft/Seite
Neuer Supermarktratgeber 2007: Wo gibt es das meiste Gift fürs Geld?	4/57

O	Heft/Seite
Ökologie: Regenwassernutzungsanlagen	7/57
Ostrogene der Pille im Abwasser vernichten Fischpopulation	8/56

P	Heft/Seite
Portale für ganzheitliche Therapeuten und Therapien	1/56

R	Heft/Seite
Rekord-Ozonloch entdeckt	1/56

S	Heft/Seite
Schutzprogramm für die Apotheke Natur	12/57
Stiftung für „unheilbar“ kranke Kinder	2/57

U	Heft/Seite
Untersuchungen zur Krebs-Früherkennung können mehr schaden als nutzen	5/56

V	Heft/Seite
Viele Jugendliche betrinken sich, bis der Notarzt kommt	10/57

W	Heft/Seite
Wenn Online-Rollenspiele das wirkliche Leben ersetzen	7/56

<b>A</b>	Heft/Seite	<b>G</b>	Heft/Seite
Aura-Soma – Die Heilkraft der Farben. 106 Karten für ein Leben in Harmonie und innerer Balance (Mike Booth)	8/58	Geerdete Spiritualität bei Hildegard von Bingen. Neue Zugänge zu ihrer Heilkunde (Hildegard Strickerschmidt)	4/58
Ayurveda-Oasen (Doris Iding/Katia Kaiser)	2/58	Gesund abnehmen nach dem Stoffwechselfyp. Metabolic Typing – ein praktischer Ratgeber mit 60 Rezepten (Ursula Wetter)	9/58
<b>B</b>	Heft/Seite	Gesund durch Wasser. Geheimnisse und Heilkräfte unseres Lebenselixiers (Reinhold d. Will)	7/59
Bauchentscheidungen. Die Intelligenz des Unbewussten und die Macht der Intuition (Gerd Gigerenzer)	9/58	Gesundes Wissen aus der Natur: Heilkräuter heute (Barbara Urban)	10/59
Big Pharma. Das internationale Geschäft mit der Krankheit (Jacky Law)	10/58	<b>H</b>	Heft/Seite
Brot und Wein. Gesund essen mit der Bibel (Walter-Jörg Langbein)	12/58	Homöopathie bei psychischen Erkrankungen (Claudia de Laporte)	5/59
<b>D</b>	Heft/Seite	<b>I</b>	Heft/Seite
Das achtsame Gehirn (Daniel J. Siegel)	12/58	Ich spür noch immer ihre Hand. Wie Frauen den Tod ihrer Mutter bewältigen (Ruth Eder)	11/59
Das bewusste Universum. Wie Bewusstsein die materielle Welt erschafft (Amit Goswami)	4/58	In der Wüste ist der Himmel nah (Anselm Grün)	7/58
Das Buch vom zarten März. Das Buch vom munteren April. Das Buch vom schwärmerischen Mai (Liane Dirks; Hrsg.)	4/58	<b>K</b>	Heft/Seite
Das große Buch der ganzheitlichen Therapien (Dr. Ruediger Dahlke)	10/58	Krankheit als Symbol. Ein Handbuch der Psychosomatik. Symptome, Bedeutung, Einlösung (Dr. Ruediger Dahlke)	11/58
Das Haus als Spiegel der Seele. Wie wir durch Änderungen in unserem Wohnumfeld unsere Seele heilen (Stefan Brönnle)	6/58	Krebszellen mögen keine Himbeeren. Nahrungsmittel gegen Krebs (Prof. Dr. Richard Béliveau/Dr. Denis Gingras)	8/59
Das Heilwesen der Bauern. Überlieferte Rezepte, Rituale und Gebete (Susanne Seethaler)	7/58	<b>L</b>	Heft/Seite
Das Yoga-Jahr. Leben im Wandel der Jahreszeiten. Ein Übungsbuch (Roswitha Maria Gerwin)	1/58	Lebe mit Herz und Seele. Sieben Haltungen zur Lebenskunst (Dietrich Grönemeyer)	2/58
Die ganzheitliche Methode Dorn. Die Sprache des Körpers verstehen. Haltung und Bewegung harmonisieren (Dieter Dorn)	12/59	Lehrbuch und Repertorium zur Bach-Blüten- Therapie (Reinhard und Brigitte Bayerlein)	10/58
Die Heilkraft der Bewegung. Mit Bewegungs- therapie Krankheiten erfolgreich behandeln (Prof. Dr. Klaus-Michael Braumann)	3/58	<b>M</b>	Heft/Seite
Die Kleidung, unsere zweite Haut (Paulus Johannes Lehmann)	3/59	Medizin und Mitgefühl (Chökyi Nyima Rinpoche/David R. Shlim)	1/59
Die Lazarus-Methode. Entgiftung von Körper, Geist & Seele (Petra Lazarus)	2/58	Meister Eckhart – Einheit mit Gott. Die bedeutendsten Schriften zur Mystik. (Dietmar Mieth; Hrsg.)	3/58
Die tieferen Dimensionen des Erfolgs (Chuck Spezzano)	2/59	<b>N</b>	Heft/Seite
<b>E</b>	Heft/Seite	Natürlich heilen mit Apfelessig. Die bewährten Hausmittel bei alltäglichen Gesundheitsbeschwerden von A bis Z. (Margot Hellmiß)	6/59
Eine humane Weltwirtschaft. Erfolgsfaktor Mensch (Peter Spiegel)	5/59	Neue Gedanken – neues Gehirn. Die Wissenschaft der Neuroplastizität beweist, wie unser Bewusstsein das Gehirn verändert (Sharon Begley)	5/58
Eine unbequeme Wahrheit. Die drohende Klimakatastrophe und was wir dagegen tun können (Al Gore)	1/58	Nomen est omen. Die verborgene Botschaft der Vornamen. Von Adam bis Zarah (Joachim Schaffer-Suchomel)	6/58
EM im Garten. Üppige Fruchtbarkeit mit Effektiven Mikroorganismen (Tatsua Kuroda)	9/58	<b>R</b>	Heft/Seite
Endlich schmerzfrei leben! (Harvey Diamond)	11/58	Rezeptfrei heilen. Knauers Taschenlexikon der Selbstmedikation (Birgit Frohn/ Dr. med. Hans-Jürgen Dibbert)	9/58
<b>F</b>	Heft/Seite		
Frühlingsfit – Fasten, entgiften, entschlacken (Prof. Hademar Bankhofer)	4/59		

<b>S</b>	Heft/Seite
Schadstofffalle Supermarkt? Schadstoffarme und -freie Alternativen. (Dr. Andrea Flemmer)	3/58
Schönheit pur. Das Dr. Hauschka-Konzept (Susan West Kurz)	6/58
Seele Geist Körper Medizin. Eine Anleitung zur Selbstheilung durch Seelenkraft (Dr. Zhi Gang Sha)	7/58
<b>T</b>	Heft/Seite
Tief aus dem Herzen. Die Energie des Betens (Thich Nhat Hanh)	12/58
<b>V</b>	Heft/Seite
Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente. Gesund und fit mit Vitalstoffen. Ein kritischer Ratgeber (Heinz Knieriemen)	5/58

<b>C</b>	Heft/Seite
China auf Bio-Kurs	6/66
<b>D</b>	Heft/Seite
Der Blick für Emotionales	10/66
<b>M</b>	Heft/Seite
Mit Getreide heizen	2/66
<b>N</b>	Heft/Seite
Neues Biohaus aus Bambus	8/66
Neuverdrahtung des Gehirns nach Verletzung	7/66
<b>P</b>	Heft/Seite
P.S. (Hans Harress)	1/66
(Barbara Simonsohn)	2/66
(Renate Petra Mehrwald)	3/66

<b>W</b>	Heft/Seite
Wälder, die wir töten. Über Waldvernichtung, Klimaveränderung und menschliche Unvernunft (Emmanuelle Grundmann)	11/58
Weil ich mit Schmerzen leben muss... Interviews mit Schmerzpatienten. Therapie- wege bei chronischen Beschwerden durch Migräne, Kopfschmerzen, Schlaganfall, Schleudertrauma. (Prof. Dr. Hartmut Göbel)	1/58
Weisheit des Gartens. Essen und Genießen im Jahreslauf (Bärbel M. Peschl)	8/58
<b>Y</b>	Heft/Seite
Yoga-Pilates für Einsteiger. Das praktische Übungsbuch für zu Hause. Mit vollständigem Grundkurs auf CD (Uschi Ostermeier-Sitkowski)	7/59

(C.-Andrea Lippert)	4/66
(Maria Stiefl-Cermak)	5/66
(Birgit Moser)	6/66
(Harald Pschyrembel)	7/66
(Wolfgang Kornberger)	8/66
(Barbara Freund)	9/66
(Annette Lübbers)	10/66
(Harald Pschyrembel)	11/66
(Hans Harress)	12/66
<b>S</b>	Heft/Seite
Schüler machen eigene Schule auf	11/66
Startschuss für Mehrgenerationenhäuser	5/66
Strom aus Kokosnüssen	3/66
<b>Z</b>	Heft/Seite
Ziel erreicht: 1000 Küchen mit Bio-Zertifikat	9/66

STICHWORT VERZEICHNIS

A Heft/Seite
Abnehmen - durch ausreichend Schlaf 1/40f
Abschied, gemeinsamer - das Geschenk (Interview mit Ruth Eder) 12/28ff
Abschirmgeräte - gegen Erdstrahlen 8/16f
Abwehrkraft - Kuren 12/48f
Abwehrsystem, körpereigenes - Stärkung 11/12ff
Achtsamkeit - Leben beginnt mit 4/10ff
Afrika - Seen schrumpfen 2/56f
Agar Agar 5/48ff
Akne - durch weißen Zucker 5/4
Alkohol - Migräne-Auslöser 10/39f
Alkohol-Abstinenz - Gehirnregeneration durch 5/6
Alkoholverzug - mit Brottrunk 10/23f
Alkoholismus, jugendlicher - bis der Notarzt kommt 10/57f
Allergien - Fisch schützt Kleinkinder 3/6
Alltagsbewältigung - Katze als Vorbild 5/8
Alltagsbewegungen - fit durch 11/40ff
Aloe vera - zur Immunstärkung 11/17f
Alraune-Wurzel - verrät ihr Alter 1/6
Alten, gesund - durch Selbstentfaltung 11/31f
Altersvorsorge, finanzielle - am Leben vorbei 9/32f
Aluminiumgehalt - in Deos 7/54f
Alzheimer - Einsamkeit erhöht Risiko 4/7
Anis - Heilkraft 12/52
Anthroposophische Medizin - bei Hypertonie 12/17f
Anti-Aging-Beere - Goji-Beeren der Tibeter 10/48ff
Antibiotikagaben, frühe - fördern Asthma 3/7
Antibiotikum, natürliches - Kolloidales Silber 11/21f
Antikörper-Desensibilisierung - bei Unfruchtbarkeit 4/54f
Antioxidantien - Functional Food Apfelessig 11/34f
Apfelessig - Natürlich heilen mit (Buch) 6/59
Apfelsaft, trüber - gesünder 8/6
Aphrodite - Quitte ist Frucht der 9/49f
Aprikosenkerne - giftig? 10/54f
Arabien - islamische Badekultur 8/48f

Arbeit, seelische - und Glückserleben 7/10ff
Arche - Lebensgemeinschaft (Nicht) Behinderter 4/56f
Architektur - des arabisch-islamischen Gartens 6/30f
Ärger - ein unerfülltes Bedürfnis 2/37f
Argyrie - Hautverfärbung durch Kolloidales Silber 11/21f
Armut - Welt ohne, auf Visionsgipfel 10/56f
Arnika - nach Schlaganfall 9/53f
Arsenvergiftung - Homöopathie gegen 8/7
Arterienverkalkung - durch böse Worte 3/7
Arthritis - Curry gegen 6/53
Arzneimittelfälschung - bei Internethändlern 7/6
Arzt - welcher hilft wirklich 11/29f
Ärztinnen - dringend gebraucht 1/56
Asthma - durch frühe Antibiotikagaben 3/7
Atem - Tor zu gesundem Leben 3/40ff
Atemarbeit - kleiner Notfallkoffer 3/44f
Atempause - Bedeutung der Atemwegserkrankungen - positive Wirkung von Meersalzgrositen 5/43f
Atlasprofilax-Therapie - bei Nackenschmerzen 10/53
Atomenergie - verheerende Konsequenzen 2/4
Auferstehung - transformatorischer Prozess 4/10ff
Augenbeschwerden - durch Medikamente 5/7
Augenblick, erster - wichtig für Einschätzung 2/6
Augenspülung - mit Eigenurin 8/34f
Aura Soma - Heilkraft der Farben (Buch) 8/58
Ausdauertraining, sanftes - Gesundheitselixier 11/43f
Ausschlafen - einen Tag pro Woche 1/40f
Autismus - keine seltene Krankheit 2/6
Auto-Klimaanlage - pro oder contra? 9/54f
Autoverkehr - größte Schwermetal-Quelle 6/56
Ayurveda-Oasen (Buch) 2/58

Bauern-Heilwissen - Rezepte, Rituale (Buch) 7/58
Behinderter-Lebensgemeinschaft - Arche 4/56f
Bein, offenes - nach Krankenhausaufenthalt 9/54f
Beinwell - gegen Hämorrhoiden 11/53
Berufung - in den Dienst stellen 1/27f
Berührung, körperliche - für die Entspannung 9/46f
Besinnung - auf sich selbst 9/28f
Beten - Energie des (Buch) 12/58f
Bewegung - zur Rekonvaleszenz bei Darmliden 4/18f
- geeignete - gegen Bluthochdruck 12/14f
Bewegungsmangel - Osteoporose-Ursache 9/37f
Bewegungspotential - Entdecken 11/40ff
Bewegungstherapie - Heilkraft (Buch) 3/58
Bewusstsein - verändert das Gehirn (Buch) 5/58
Bewusstseinswandel - Klimawandel 5/41f
Beziehungen, heilsame - Grundlage zur Selbstheilung 1/32f
Bienensterben - infolge von Gentechnik? 9/4
- und Honigernte 7/12f
- großes 7/12f
- Bienenvölker - rätselhaftes Verschwinden 7/19f
Bienen-Wunderwelt - in Gefahr 7/12f
Bierhefe - Wundernährmittel 3/18f
- Wirkstoff-Multi der Natur 9/14f
Bio - gleich Bio? 8/56f
Biohaus - aus Bambus 8/66
Bio-Lebensmittel - EU-Ökoverordnung 5/56f
Bio-Produkte - Schutzfunktionen in 7/47ff
Birkenasche - zur Entgiftung und Entsäuerung des Blutes 1/34ff
Bitterkräuter-Tee - zur Entsäuerung 9/26f
Blasenentzündung - Cranberry gegen 1/4
Blütenpollen - Brot der Bienen 3/17f
Bluthochdruck - durch Mobbing 7/6
- Senken ohne Pillen 12/12ff
- Hauptrisikofaktor 12/12ff
Blutreinigung - durch Birkenasche 1/34ff
Boerisches Arzneimittellehre - Kents Repertorium (Paket) 4/8
Bönnighausen v. - Therapeutisches Taschenbuch 9/8
Borreliose - als Lernaufgabe 5/4
- beschwerdefrei durch 3/4
- im Waldkindergarten 6/57
Braueriehefe - als Heilmittel 9/15f
Braunhirse - besser als Birkenasche 4/4
Breuß-Kur 3 1/36f
Bronchitis - Ziegenmilch gegen 12/28f
- Pfefferbaum bei 3/52f
Brottrunk - Geheimtipp und Jungbrunnen 10/20ff
- Granatapfel gegen 6/8
- brusterhaltend Operierte leben länger 9/6
Brustkrebsrisiko - Lebensstil beeinflusst 12/8
Buchinger-Heilfasten 3/37f
Buddha - ein wahrer Suchender 3/12f

Cannabis-Zulassung - gegen Schmerzen in Italien 7/56
Canthariden-Pflaster - bei Trigeminusneuralgie 5/4
Carob - natürlich süße Energie für jung und alt 12/34ff
Cellulite & Lipödem - wirksame Hilfe 8/40ff
Chemtrails 1/4
Chili - zum Abnehmen 4/6
Chi-Mangel - Goji-Beere gegen 10/48f
China - auf Bio-Kurs 6/66
- Gartenkultur im alten 6/31f
Cholesterin - lebensnotwendig? (Buch) 6/9
- hohes - durch Stress 3/8
- Wassertrinken gegen 3/53
Cholesterin-LDL - Ornish-Diät bei 6/4
Cholesterinwerte, bessere - durch Leberstärkung 8/54f
Cholesterinwerte, hohe 1/54f
Chrom - Allergen in Leder 11/6
Colitis ulcerosa - 5 Schritte zur Gesundheit 4/12ff
- Blutwurz hilft 7/9
Colostrum - als Gripeschutz Computertomografie (CT) 5/7
- Schädlichkeit 11/8
Cranberry - gegen Blasenentzündung 1/4
Craniosacral-Selbstbehandlung - der Weisheit des Körpers lauschen 1/46ff
Cranio-Sacral-Therapie - bei Nackenschmerzen 10/53
Curry - Darmkrebsvorbeugung 2/7
Cystus - Zistrose zur Abwehrsteigerung 11/17f
Cystus-Sud - bei Halsschmerzen 2/52f

Darm, gesunder - Effizientes Immunsystem 12/46f
Darm, kranker - 5 Schritte zur Gesundheit 4/12ff
Darm-Basis-Diät - bei M. Crohn und Colitis ulcerosa 4/14f
Darmkrebsvorbeugung - durch Curry 2/7
Darmprobleme - durch Milch Darmsanierung - bei M. Crohn und Colitis ulcerosa 4/16f
Darmschleimhaut - warum Milch und Zucker schaden 1/23f
Daten-Informationsmeer - unsichtbare Störquelle (PS) 3/66
Daueranspannung - macht krank Denken, flüssiges - statt Gedächtnis-Akrobatik 10/14f
Deos, aluminium-chlorhaltige - gesundheitsschädlich 7/54f
Depression - sich selbst mehr Beachtung schenken 9/31f
Desinfektionsmittel, zu viele - im Haushalt 3/8
Diabetes - an Atemgeruch erkennen 8/8
- Hintonia-Rinde gegen 10/6
Dialog - mit innerem Kind durch Puppenspiel 2/23f
Diät-Cola - schwächt Knochen 3/6
Dorn-Methode, ganzheitliche (Buch) 12/59
Drama - Aufbereitung durch Puppenspiel 2/22f
Drehschwindel - Morbus Meniere 4/54f
Druck - Risikofaktor für Hypertonie 12/14f
Duftöle - gegen Stress und Schmerzen 1/7
Duftspray - Nebenwirkungen 11/8
Dunkelheit der Seele - durch den Schmerz zum Licht 2/11f
Durchblutungsstörung - Schlangengift gegen 4/46f

Echinacea - Sonnenhut zur Immunstärkung 11/15f
Effektive Mikroorganismen - im Garten (Buch) 9/59
Eichenrinde - gegen Akne 8/54f
Eigenharn - unsere ureigenste perfekte Medizin 8/28ff
- gegen Tinnitus 7/53
Eigenharntherapie - Ausheilung der Schuppenflechte 10/4
- ergänzende Fragen 12/54f
Eigenverantwortung - zur Gesundheitsvorsorge 1/12ff
Einfachheit, absichtsvolle 5/10ff
Einkaufen, bewusstes 6/18f
- gegen Produktion in Billigländern (PS) 9/66
Einreibungen - mit Eigenurin 8/32f
Einsamkeit - verschlechtert Alzheimer 10/8
Einzigartigkeit - Reise durch Höhen und Tiefen 8/38f
Elektro-Magneto-Smog - Wirkung auf Zelle 3/66
Elektronenstrahlen - zur Lebensmittelkonservierung 5/13f
Elektrosmog - Bienen als Indikator 7/18f
Emotionen - Wegweiser zur Einheit 4/22f
- konstruktiver Umgang mit 12/23f
Empathie - Macht der Empfangnisverhütung 2/36f
- mit Ladycomputer 9/6
- mit Persona-Gerät 12/4
Endocarditis - durch Streptokokken 11/54f
Energie, kranke - Integration durch Homöopathie 10/30f
Energiedrinks - mit Carobpulver 12/37f
Energiefluss - Regelung durch Schädel-Akupunktur 10/46f
Energiesparlampen - Nebenwirkungen 12/56f
Energiespiegel - Anspannungsgrad 9/44f
Energy-Drinks - kurzer Energieschub 4/7
Entgiftung - durch Birkenasche - bei M. Crohn und Colitis ulcerosa 4/15f
- durch Curry 7/22ff
- extra- und intrazelluläre Entsäuerung 9/20ff
Entsäuuerung - durch Birkenasche 1/34ff
- intrazelluläre - endlich richtig entgiften! 9/20ff
- Basenbäder unterstützen 12/4
Entspannung, sanfte - des Craniosacral-Systems 1/48f
Entstauung - bei Lipödem 8/44f
Entwurzelung - in künstlicher Welt 4/20ff
Entzündungen - mit Kolloidalem Silber behandeln 11/25f
Entzündungshemmung - durch Schlangengifte 4/45f
Enzym-Modulation - Gesundheitsvorsorge (Buch) 12/7
Erdbeben - Schlagen sind Warner 6/8
Erdöl - für die Gesundheit 6/22ff
Erdstrahlen - Beratung, Messung und Orientierungshilfen 8/12ff
Erfolg - die tieferen Dimensionen von (Buch) 2/59
Erkältung - Spaziergänge schützen vor 12/7
Erkenntnisse, wertvolle - durch bewusstes Loslassen 12/10ff
Ernährung - Osteoporose-Ursache 9/38f
Essig-Therapie - Akademie für 8/8
EU-Öko-Verordnung - Bio gleich Bio? 8/57f

F. X. Mayr - Milch-/Sammel-Kur 3/38f
Faden, roter - zum richtigen homöopathischen Heilmittel 10/26ff
Fast Food - statt Rohkost 6/13f
Fastensymptome, klassische 3/39f
Fastenzeit - jedem Menschen seine Fastenkur 3/32ff
Fehlgeburt - Stress häufige Ursache 4/6
Fernsehen, spätes - schlechter Schlaf für Kinder 10/6
Fetteinlagerung - Stadien bei Lipödem 8/42f
Fett-Gen - verursacht Gewichtszunahme 1/8
Fettleibigkeit - und Fröhere der Mutter 9/6
Fettsäuren, mehrfach ungesättigte - Functional Food 11/34f
Fieberthermometer, quecksilberhaltige - EU verbietet 11/56f
Fingertheater, heilsames 2/20ff
Fischpopulation, verringerte - durch Östrogene im Abwasser 8/56f
Fischsterben - durch Plastikmüll in Ozeanen 6/56
Fleisch - vegetarisch grillen 7/52f
Fliegen - und Öhrdruck 9/7
Folsäure - senkt Schlaganfallrisiko 12/6
Fortschritt - kann Rückschritt sein (PS) 5/66
Frauen - schlafen allein besser 9/8
Frauenleiden - besser durch Zink 2/43f
Freie Radikale - durch Lebensmittelbestrahlung 5/28f
Freiheit, innere - Schritt für Schritt Freude 9/12f
- Urstoff des Universums 3/10ff
- durch Sterbebegleitung 12/31f
Frieden - durch Leben der Bestimmung 1/29f
Friedensnobelpreis 2008 - Al Gore, IPCC und Greenpeace (PS) 12/66
Frieren, starkes - Tipps gegen 1/53
Frische-Ernährung - Grundgesetze 6/19f
Fruchtbarkeit - Moor steigert 7/8
Frühlingstit - Fasten, entgiften, entschlacken (Buch) 4/58
Frühlingszeit - Fastenzeit 3/32ff
Functional Food - Nahrungsergänzung 4/51f
- so gut, wie sie verspricht? 11/34ff
Furunkel - Thymianplaster bei 1/53
Füße, brennende - Therapie-Erfolg 11/4

G8-Gipfel - Kritik (PS) 7/66
- Visionsgipfel parallel zu 10/56f
Gammastrahlen - zur Lebensmittelkonservierung 5/14f
Garten - Essen im Jahreslauf (Buch) 8/58
Garten Eden - das Paradies 6/28ff
Gartenkultur - Streifzug durch die 6/28ff
Gartenwissen, altes - Knoblauch gegen Mehltau 5/6
Gebärmutterhalskrebs - fragwürdige Impfung 3/57
Geburt - Risiken des Kaiserschnitts 7/27f
Gedächtnistraining - nach Dr. Fr. Stengel 10/16f
Gefäßheilkunde - Krampfaderverödung nach Dr. Linser 6/42ff
Gehirn - Neuverdrahtung nach Verletzung 7/66
- und Achtsamkeit (Buch) 12/58
- neues - durch Bewusstseinsveränderung (Buch) 5/58
Gehirn-Jogging, ganzheitliches 10/12ff
Gehirnnahrung - Unterstützung von innen 10/18f

Gelenke, entzündliche – Granatapfelsaft heilt Geliemittel – Agar Agar Gemüsebrühe – ohne Glutamat Gen-Hefe – im US-Wein Geopathie – krankmachende Erdstrahlen – kleines ABC Gerstenkorn – trockene Wärme bei – Ingwerwein bei Gesellschaft, gesunde – durch psychosoziale Gesundheit (IPS) kranke – durch falsche Wertvorstellungen Gesetz, dynamisches – der Heilung Gesichtswässer, japanische Gesund sein – gesund bleiben Gesund, unwissenschaftlich – wissenschaftlich krank Gesundheit – jeder ist verantwortlicher Verursacher Gesundheitspolitik – Umdenken in Gesundheitsreform – Gesundheitssystem hat ausgedient – der Bürger wird unmündiger (PS) – Infoblatt Verbraucherzentrale Gesundheitssystem – Änderung nur von unten möglich Gesundheitsvorsorge – durch Eigenverantwortung – menschenwürdige Getreidepellets – zum Heizen Getrenntheit – von Natur ist heilbar Gewaltfreiheit – durch Kommunikation Gewebe – als Säuredepot Gifte – mit Heilwirkung Gifküche – in Grillgut Ginkgo-Extrakt – Kein Einfluss auf Blutgerinnung Giraffensprache – in gewaltfreier Kommunikation Glauben – an uns selbst Glück – ist dort, wo du bist immerwährendes – Illusion Goji-Beeren, vitalstoffreiche – für Kopf und Körper Granatapfel – gegen Prostata- und Brustkrebs Granatapfelsaft – heilen Gelenke Griechen, alte – Badekultur bei Grillen, vegetarisches – Schädlichkeit vermeiden Grillgut – Gifküche Grippe – besser durch Zink Grippe-Impfung – Colostrum besser als Großküchen – mit Bio-Zertifikat Grün – als Medizin (s. Garten Eden) Grünpargel, gesunder Grünte, entgiftender – Krebschutz Gurgeln – mit Eigenurin Gute-Nacht-Tee – gegen Schlaflosigkeit	12/6 5/48ff 11/55f 3/57 8/13f 8/15f 8/9 9/53 6/66 9/30f 6/10ff 4/40f 1/12ff 11/28ff 11/30f 1/14f 3/22ff 4/66 8/57f 6/4 1/12ff 3/24f 2/66 4/20f 2/32ff 9/23f 4/44ff 6/16f 7/7 2/34f 7/36ff 3/10ff 7/10ff 10/48ff 6/8 12/6 8/47f 7/52f 6/16f 2/42f 5/7 9/66 5/23f 11/7 8/33f 1/45f	Hämorrhoiden – Eichenrinde und Beinwell gegen Handy – Gefahr bei Gewitter – Nickelallergie durch – und Chemtrails – Tumor durch Harnsäure – Urinbestandteil Harnsäurespiegel – Regulierung durch Birkenasche Harnstoff – Urinbestandteil Hauptbeschwerde, emotionale – Zentrum für homöopathisches Mittel Haus – Spiegel der Seele (Buch) Hauschka, Dr. – Schönheit pur (Buch) Haut – Entgiftung durch Honigmassage Haut, trockene – Pflege-Leitlinien Hautleiden – besser durch Zink – positive Wirkung von Meersalzgrotten – Kur mit Heilkreide Hebammenbegleitung – Vorbeugung vor Kaiserschnitt Hefe-Produkte Heidelberger 7-Kräuterpulver Heilerde – und Bambussalz Heifasten – stoffliche Grundlage Heilkost – Rohkost Heilkraft, größte – ist die Liebe (Interview mit Dr. Klaus-Dieter Platsch) Heilkräuter – gesundes Wissen (Buch) Heilkreide – Kur für zuhause Heilpflanzen – Schutzprogramm zur Erhaltung Heilpotential – durch Glauben an uns selbst Heilung – der Entwurzelung – durch dynamische Kraft des „Ich bin“ Heizen – mit Getreidepellets Helicobacter pylori – Olivenöl stoppt Herz, vereinsamtes – Volkskrankheit und Psyche, pflanzliche Heilmittel Herzensruhe – mit pflanzlich-homöopathischen Urtinkturen Herzgesundheit – Tanzen statt Joggen Herzinfarkt – Chance für Paare – antidepressive Therapie Herzklappenentzündung – durch Streptokokken Herzrhythmusstörungen – psychosomatische Hintergründe Heuschnupfen – Ursachen und Therapieansätze Heute – Denken, Handeln und Leben Hildegard von Bingen Hildegard-Fasten Hildegard-Medizin Hingabe an das Leben – Heilen durch Hintonia-Rinde – gegen Diabetes Histamin-Intoleranz – Heuschnupfen-Ursache Höhlenkunde – in Meersalzgrotten Gesundheit tanken Holunderbeeren, rohe – Giftigkeit Homöopathie – bei psychischen Erkrankungen (Buch) – gegen Arsenvergiftung in Indien – gegen Bluthochdruck	11/53 4/9 10/8 1/4 9/56f 8/31f 1/35f 8/31f 7/17f 9/4 7/12ff 7/22ff 6/7 9/41f 12/7 5/53 4/53 1/28f 1/54f, 3/55f 8/50f 12/8 12/12ff 8/8 Heft/Seite 6/24f 7/10ff 7/13f 8/12ff, 12/44ff 11/12ff 3/57 12/56f 3/4 1/14f 5/29f 9/53 11/56f 2/8 4/54f 1/56 1/26ff 2/32ff 5/38ff 6/36ff 7/36ff 8/38f 9/28ff 10/26ff 12/28ff 11/47f 3/8 7/4 Heft/Seite 4/36ff 10/14f 11/24f 2/29f	Homöopathie – praktisches Repertorium – heilkraftige Schlangengifte – Hörbuch Arzneimittel-Essenzen – Roter Faden zum richtigen Heilmittel – Therapeutisches Taschenbuch v. Bönninghausen Honig – gegen antibiotikaresistente Krankenhauseskeime – heilsames Produkt kaltgeschleudert – gibt es nicht Honigbiene – Wunderwelt in Gefahr Honigmassage – zur Entgiftung über die Haut Hopfen – Arzneipflanze des Jahres 2007 Hormone – Einfluss auf Osteoporose Hörprobleme – bei Jugendlichen Hortensien – brauchen Eisen Hühneraugen – aufweichen Humanistische Medizin – und Dr. Wolf Bunting Husten – Hausmittel bei Hygienebewusstsein – und Badekultur Hyperaktivität – Zink und Magnesium gegen Hypertonie – Senken ohne Pillen Hypnose – Steigerung des persönlichen Potentials (Buch)	3/6 4/44ff 6/7 10/26ff 9/8 2/6 7/17f 9/4 7/12ff 7/22ff 6/7 9/41f 12/7 5/53 4/53 1/28f 1/54f, 3/55f 8/50f 12/8 12/12ff 8/8	Johannisbrotbaum – Kakaoersatz Johannisbröckchen – Wägenheit für Diamanten Jugendherberge – Wohlfühlkur in	12/34f 12/36 6/6	<b>K</b> Kaiserschnitt – Abkürzung mit Folgen Kaiserschnitt-Netzwerk Kakaoersatz – Carob Kalender 2007, stilvolle Kalkschuler – Mikrokinésithérapie bei Kanne Brottrunk Kardamom – Heilkraft Kardenwurzel – gegen Borreliose Karibikurlaub – Kopfweh durch Parasiten Kartoffelsud – bei empfindlichem Magen Kassenmedizin – schlechte Versorgungsqualität Katze – Vorbild für Alltag Kaumuskulatur – entspannen Kefir – Anti-Allergikum – leicht prickelnd und erfrischend Keime, antibiotikaresistente – Honig gegen Kents Repertorium – Boerickes Arzneimittellehre (Paket) Kinder – Umgang mit Natur lehren (IPS) Kinder, unheilbar kranke – Stiftung für Kinderwunsch – Storchenschnabelkraut bei Kleidung – unsere zweite Haut (Buch) Klettenwurzel – für Haut und Kopfhaut Klima, natürliches – in Heilhöhlen Klimaanlage – im Auto Klimakatastrophe – unbequeme Wahrheit (Buch) Klimakonferenz Nairobi – vergebliche Mahnung (IPS.) Klimawandel – Handeln statt Reden – verändert Lebensmittel – bringt neue Insekten Klinghardt-Vortrag – Live-Mitschnitt über Schwermetall-Ausleitung Klostergarten Kneipp, Sebastian – Wasserdoktor Kneipp-Kur – zur Abwehrstärkung Knoblauch – Vorbeugung Arteriosklerose Knoblauchaufguss – gegen Mehltau Knoblauchtherapie – gegen Bluthochdruck Knochendichte – Diät-Cola schwächt Knochenschwund – Katzenschnuren gegen – unterschätzte Volkskrankheit Kochrezepte – aus der Bibel (Buch) Kochsalzlösung, konzentrierte – Krampfaderverödung mit Kohl – zur Stärkung der Abwehr Kohlendioxid – Gegenmaßnahmen Kohlrabi – ein Gesundheitsbringer – Kochrezepte Kokosnüsse – Strom aus Kolloidales Silber – natürliches Antibiotikum Kommunikation, gewaltfreie – Interview mit Marshall Rosenberg Kompression – bei Lidödem Kontakt – mit dem eigenen Atem Kontakte, soziale – halten geistig fit Kopf, klarer – ein Leben lang Körperabwehr, zuverlässige – Naturheilmittel	12/34f 12/36 6/6 7/27f 7/31f 12/34f 1/7 8/53 10/20ff 12/52 6/55 2/7 2/51 3/23f 5/8 1/49f 4/8 7/40ff 2/6 4/8 10/66 2/57 7/4 3/59 10/52f 5/44f 9/54f 1/58 1/66f 5/36ff 9/8 11/54f 2/4 6/33f 8/51f 12/48f 6/53 5/6 12/16f 3/6 1/9 9/34f 12/58 6/42ff 12/45f 5/40f 3/48ff 3/50f 3/66 11/21ff 2/32ff 8/44f 3/42f 10/14f 10/12ff 12/47f	Körperbewusstsein – durch Craniosacral-Therapie Körperform – durch Enzymmangel? Kosmetik – mit Brottrunk – Heilkreide-Kur für zuhause Kosmetik-Inhaltsstoffe – kritischer Ratgeber Kostformen, alternative Kraft, dynamische – des „Ich bin“ Kraffteld, gestörtes – Krankheit ist Krampfadern – vorbeugen Krampfaderverödung – nach Prof. Dr. Paul Linser Krankenhauseskeime, multiresistente Krankheit – gestörtes Kraffteld – als Symbol (Buch) chronische – Heilung tiefer Schichten durch Homöopathie Krankheitsannahme – Chance zur Heilung Kräuter, wilde – unsere grünen Verbündeten Kreativität – nachts besser – & Spiritualität Krebs – Botschaft von – mögen keine Himbeeren (Buch) – Propolis gegen Krebsfrüherkennung – mehr Schaden als Nutzen? Krebsschutz – durch entgiftenden Grünte Krebsvorsorge – durch Ziegenmilch Kreide – Heilanwendung in Kosmetik und Wellness Kreislauf – Anregung durch Alltagsbewegungen Kreuz-Allergie – Heuschnupfen-Ursache Kreuzbein – entspannen Kristalle – Herstellung von Wasserkefir mit Küche – als Kosmetik Kuhmilch – Ziegenmilch besser verdaulich Kurbad, deutsches – und Wasserdoktoren	1/46ff 7/54ff 10/24f 12/38ff 9/4 7/50f 6/10ff 7/39f 6/44f 6/42ff 9/54f 7/39f 11/58 10/30f 5/30f 4/26ff 6/7 6/36ff 1/30f 8/59 10/7 5/56f 11/7 2/29f 12/38ff 11/41f 3/29f 1/48f 7/42f 4/43f 2/28f 8/51f	Leistungsdruck, ungesunder Licht, das alle Finsternis vertreibt Lidl-Einstieg – bei Basic- Naturkost-Supermarkt (PS) Liebe – größte Heilkraft (Interview mit Dr. Klaus-Dieter Platsch) Linné, Carl von – 300. Geburtstag Linser, Prof. Dr. Paul – Krampfaderverödung nach Lipödem – wirksame Hilfe bei Lippen-Ekzem, juckendes Lippenherpes – Teebaumöl bei Loslassen, bewusstes Lungenkrebs – ergötzende biologische Verfahren Lungenleiden – positive Wirkung von Heilhöhlen Lustgärten – im 15. Jahrhundert Lymphe – Abwassersystem des Körpers – Acidose-Selbstmassage zur Klärung	9/28f 2/10ff 11/66 5/28ff 9/56f 6/42ff 8/40f 12/54f 2/51 12/10ff 2/9 5/44f 6/33f 8/42f 12/46f	<b>M</b> Magen, empfindlicher – Kartoffelsud bei Magen-Darm-Störungen – Ziegenmilch gegen – durch Dauerstress Magnesium – gut vor Operation Magnesium – schützt vor Metabolischem Syndrom Magnesiumcitrat – gegen Migräne Malvenblütentee – bei Husten und Heiserkeit Mandelentzündung – durch Milchgenuss Männerkrankheit – Prostatabeschwerden Marionetten-Theater – als Therapie Massagen – gegen Migräne Maßlosigkeit – der heutigen Gesellschaft Medikamente, rezeptfreie – Lexikon zur Selbstmedikation (Buch) Meditation – befreit den Geist (s. a. Schön- heitsgeheimnisse, japanische) – lindert Schmerzen – Stille heilt Medizin – und Mitgefühl (Buch) Medizin, beseelte – Fehlen im Gesundheitssystem Medizinrechtsanwältin – Beratung für Patienten Meeresalge Agar Agar – hochwertiger Gelatineersatz Meersalzgrotten – Gesundheit tanken Mehltau – Knoblauch gegen Mehrgenerationenhäuser – Startschuss für Meister Eckhart – Einheit mit Gott (Buch) Menière'sche Krankheit – Drehschwindel Menstruationskrämpfe – Aroma-Bauchmassage gegen Metabolic Typing – Abnehmen nach Stoffwechseltyp (Buch) Metabolisches Syndrom – Magnesium schützt vor Migräne – durch Trennung der Eltern – Herzinfarktrisiko bei Männern – ohne Medikamente in den Griff bekommen Migräneanfall, akuter – Selbstbehandlung und Vorbeugung Mikroorganismen, effektive – reinigen Klimaanlagen Milch – nicht gleich Milch (Greenpeace-Studie)	Heft/Seite 2/51 2/26f 9/43f 10/7 8/7 11/47f 12/53 1/4 2/12f 2/20ff 11/51f 9/28f 9/58 4/37f 4/9 11/10ff 1/59 11/29f 9/57f 5/48ff 5/42ff 5/6 5/66 3/58 4/54f 7/8 9/58 8/7 2/8 6/6 10/34ff, 11/44ff 11/44ff 12/4 1/8
--	---	--	--	---	---	---	------------------------	---	--	---	--	--	---	--	---





Universum, bewusstes – erschafft Materie (Buch)	4/58	Waldvernichtung – menschliche Unvernunft (Buch)	11/58	Wünschelrute – Phänomen	8/15f
Unkraut – heilt Natur und Mensch	4/28f	Walnussöl – gesünder als Olivenöl	5/6	Wunschkaiserschnitt – Abkürzung mit Folgen	7/27ff
Un-Kräuter – unsere grünen Verbündeten	4/26ff	Warburgia salutaris – heilkräftiger Pfefferbaum	3/53f	Wurzeln – zurück finden zu den Wüsten – Weisheit der Wüstenväter (Buch)	4/20ff 8/58
Urgarten – Garten Eden, das Paradies	6/29f	Wärmehaushalt – Störungen bei Migräne	10/37f	<b>Y</b>	Heft/Seite
Urintherapie – perfekte Medizin	8/28ff	Wasser – gesund durch (Buch)	7/59	Yamamoto – Schädel-Akupunktur	10/42ff
– ergänzende Fragen	12/54f	Wasseradern – Auswirkung auf Menschen	8/17f	Yoga – im Wandel der Jahreszeiten (Übungsbuch)	1/58
Urin-Trinkkur	8/35f	Wasserbehandlung – gegen Migräne	11/50f	Yoga-Pilates – für Einsteiger (Buch und CD)	7/59
Urtinkturen, pflanzlich-homöo- pathische – für das Herz	12/22ff	Wasserdampf – Hauptproblem Nr. 1	5/39f	<b>Z</b>	Heft/Seite
UV-Belastung – richtiges Sonnenbaden	8/22f	Wasserdost – zur Immunstärkung	11/16f	Zahnbürste – Wechsel nach Erkältung	7/6
<b>V</b>	Heft/Seite	Wasserkefir – leicht prickelnd und erfrischend	7/40ff	Zahnfragen – Kostenfaktor (Buch)	11/4
Veilchenhonig, bläulicher	4/28	Wasser-Magie – Zeitreise durch die Badekultur	8/46ff	Zahnschmelz – Zitronensäure schlecht für	10/8
Venenstripping – riskoreiche Krampfadernbehandlung	6/46f	Wassertrinken – gegen hohes Cholesterin	3/53	Zahnwurzelresektion	10/54f
Venenverödung – nach Dr. Linser	6/42ff	Web-Adressbuch 2007	2/8	Zappelphilipp – Zink zähmt Zeckenstich	12/8
Verdauungs-leukozytose	7/47f	Wechselatmung, reinigende und regenerierende	3/45	– Infektion durch weitere Erreger	7/4
Vergessen, großes – Vorbeugen	10/12ff	Weihnachts-Gewürze – gut für die Gesundheit	12/52f	Zeckenstich-Gefahr – Schutz vor steigender	6/54f
Vertrauen – lernen	1/10ff	Wein, alkoholfreier – gute Wirkung	11/8	Zeitmanagement – gegen Bluthochdruck	12/15f
– Basis beim Schreiben der Lebensgeschichte	6/39f	Weißdorn (Crataegus) – löst gestaute Emotionen	12/24f	Zellschutz – mit pflanzlichen Konzentraten (Buch)	12/7
Verwandlung – statt Kontrolle	12/24f	Weißer Tee, kostbarer – heißer Genuss für kalte Tage	1/52f	Ziegenmilch – die gesündere Alternative	2/26ff
Visionsgipfel – parallel zu G8-Gipfel	10/56f	Weizenkeime – klassisches Nahrungsergänzungsmittel	3/16f	– Gesichtswasser gegen Akne	4/53
Vitalstoffe – Ratgeber (Buch)	5/58	Wellness – Heilkreide-Kur für zuhause	12/38ff	Zigaretten, radioaktive	11/6
Vitamin D-Depot – durch Sonnenbaden im Sommer	8/20f	Weltwirtschaft, humane – Erfolgsfaktor Mensch (Buch)	5/59	Zimt – Heilkraft	12/52
Vitamin D-Mangel – Heuschnupfen-Ursache	3/29f	Weltwirtschaftsgipfel – G8-Kritik (PS)	7/66	Zink – ohne Zink kein Leben	2/38ff
Vitamin-B – Bierhefe reich an	9/17f	Werte, innere – stärken	10/10ff	– zähmt Zoppelphilipp	12/8
Vogelgezwitscher, weniger	3/56	Wesensschönheit – erkennen	9/33f	Zitronensäure – schlecht für den Zahnschmelz	10/8
Vornamen – Botschaft der (Buch)	6/58	Wildkräuter – Hilfen zur Entschlackung	4/27ff	Zugsalbe, schwarze – gegen Entzündungen	6/24f
<b>W</b>	Heft/Seite	Wirbelsäulen-Korrektur – bei Nackenschmerzen	10/53	Zukunftsanst – Befreiung durch Handeln	9/10ff
Wadenkrämpfe – Vorbeugung und Hilfe	12/6	Wissen, neues – nicht im Medizinsystem	3/26f	Zukunftssorgen – nicht gesund	9/28f
Wagen – sich des Verstandes zu bedienen (s. Sankaran- Methode)	10/26ff	Wohlfühlkurse – in Jugendherbergen	6/6	Zusatzstoffe, natürliche – Functional Food	11/34ff
Waldkiefer – Baum des Jahres 2007	1/6	Wolfstrapp (Lycopus) – stabilisiert Rhythmen	12/25f	Zweiklassenmedizin – in Deutschland	1/14f
Waldkindergarten – Borreliose-Risiko	6/57	Wundbehandlung – mit Kolloidalem Silber	11/23f	Zweisprachigkeit – Kinder im Vorteil	7/7
Waldrodung – verheerende Folgen	5/38f	Wunder – des Lebens durch Sterbebegleitung	12/28f		
Waldtiere – Kinder lernen kennen (Buch)	9/7				

## Alles für ein bleibendes, wertvolles Nachschlagewerk

Unser Leser-Service bietet Ihnen den Bezug von

- Einzelheften
- ganzen Jahrgängen (mit Jahresverzeichnis)
- einzelnen Jahresverzeichnissen
- Sammelordnern mit Schuber
- Jahresabonnements

Interessiert? Auf der letzten Umschlagseite von  
NATUR & HEILEN haben wir für Sie die  
entsprechenden Bestellkarten bereits vorbereitet.

Oder besuchen Sie unser Internet-Portal:

**[www.NATURUNDHEILEN.de/bestellen](http://www.NATURUNDHEILEN.de/bestellen)**

**GESUND. LEBEN. GANZHEITLICH.**

VERLAG NATUR & HEILEN  
Nikolaistraße 5  
80802 München  
Tel. +49 (0)89/38 01 59-10  
Fax +49 (0)89/38 01 59-16  
info@naturundheilen.de  
www.NATURUNDHEILEN.de