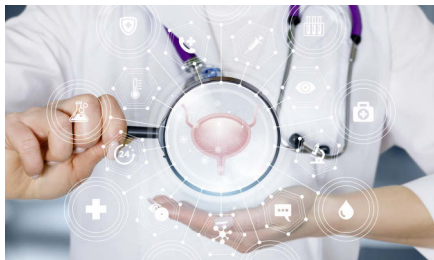




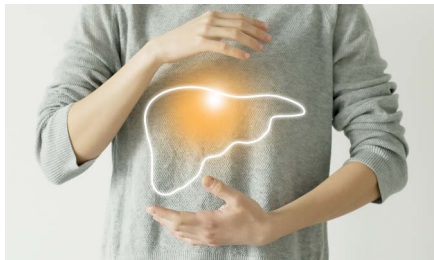
Die Leber 4

Sie ist groß, weich und etwa anderthalb Kilo schwer: die Leber. Der Mangel der Leber an eigener Gestalt ist ihre wichtigste Signatur und hängt mit ihrem hohen Wassergehalt von 75 bis 79 % zusammen.



Gender medicine: Tabuthema Harninkontinenz 12

Harninkontinenzen können verschiedene Ursachen und Begleitsymptome haben. Ihnen gemeinsam ist ein vermehrtes Risiko für entzündliche Prozesse.



Leberschützende Naturstoffe 18

Eine gesunde Lebensweise und ausgewählte Naturstoffe können Lebererkrankungen wie die nicht-alkoholische Fettleber vorbeugen und die Gesundheit der Leber stärken.



Fasten: Erholung für die Leber 33

Fasten als zeitlich begrenzter und freiwilliger Nahrungsverzicht, insbesondere das eiweißlose Fasten, ist der Schlüssel für den nachweisbaren therapeutischen Erfolg in einer Zeit der Eiweißmast.



Erkältungen vorbeugen..... 51

Um grippe- und erkältungsfrei durch Herbst und Winter zu kommen, gibt es einige naturheilkundliche Wege: Von Ernährung über Ausleitung bis hin zur Akupunktur.



Spondylitis ankylosan..... 45

Morbus Bechterew ist eine chronisch-entzündliche rheumatische Erkrankung mit Schmerzen und Versteifung der Lendenwirbelsäule, Brustwirbelsäule und Kreuzbein-Darmbeingelenke.

Die Leber	4
<i>Margret Rupprecht</i>	
Rezidivierende Harnwegsinfekte.	8
<i>Alexia Ilgner</i>	
Gender medicine: Tabuthema Harninkontinenz.	12
<i>Prof. Dr. Michaela Döll</i>	
Mit Botox, Farnen und Strom gegen die undichte Blase	16
<i>Dr. Jörg Zittlau</i>	
Leberschützende Naturstoffe.	18
<i>Dr. Miriam Neuenfeldt</i>	
Hildegards Medizin reinigt Darm und Seele.	22
<i>Martina Schneider</i>	
Medizinisch relevantes Wasserwissen: Wie zellgängiges Wasser effektiv entgiftet.	27
<i>Ursula Maria Lang</i>	
Chronische Müdigkeit: Der Schmerz der Leber	30
<i>Christiane Riedel</i>	
Fasten: Erholung für die Leber.	33
<i>Susanne Behm</i>	
Die Leber als Kardinalorgan der Chole.	36
<i>Sabrina Lange</i>	
Rundum-Schutz für die Blase – auch in der Schwangerschaft.	40
<i>Dr. Gunter Lemnitz</i>	
<i>Spondylitis ankylosans: Naturheilkundliche Therapieansätze.</i>	45
<i>Abbas und Kian Schirmohammadi</i>	
Die Göthert-Methode.	49
<i>Ein Interview mit Ronald Göthert</i>	
Erkältungen vorbeugen.	51
<i>Johannes W. Steinbach</i>	

RUBRIKEN

Editorial	1
Forschung.	54
Buchvorstellungen.	55
Pharmanews	60
Marktplatz	63
Vorschau/Impressum	64

FACHGESELLSCHAFTEN

Forum Orthomolekulare Medizin in Prävention und Therapie e.V.	56
BNZ Bundesverband der naturheilkundlich tätigen Zahnärzte in Deutschland e.V.	
BNZ-Fortbildungsakademie	57
Deutsche Akupunktur-Gesellschaft Düsseldorf e.V.	58
Europäischer Verband für Naturheilkunde e.V.	59

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf eine geschlechtsspezifische Differenzierung verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform beinhaltet keine Wertung.