

## **Gesundheits-Ratgeber „Naturarzt“ mit monatlichem Gesundheits-Check**

Der „Naturarzt“ erscheint monatlich als unabhängiger Gesundheits-Ratgeber für Laien und Therapeuten. Die Zeitschrift tritt ein für einen weitgehenden Verzicht auf pharmazeutische Produkte mit ihren oft gefährlichen Nebenwirkungen. Sie zeigt, wie man auf natürliche Weise gesund bleiben oder wieder werden kann: natürlich heilen, gesund leben und bewusst ernähren heißen die Schlagwörter für wichtige Rubriken. Außerdem werden Monat für Monat Diagnosen erläutert und bemerkenswerte Fälle aus der naturheilkundlichen Praxis vorgestellt.

Erfahrene Ärzte, Therapeuten und Ernährungswissenschaftler erklären im „Naturarzt“ medizinische Zusammenhänge laienverständlich und schildern bewährte Therapien und Vorbeugemaßnahmen. Schulmedizinische Erkenntnisse werden, sofern nötig, berücksichtigt. Selbsthilfe schreibt der Gesundheits-Ratgeber „Naturarzt“ (gegründet 1861) seit fast 150 Jahren groß! Ab sofort jeden Monat auch mit einem Gesundheits-Check zur individuellen Auswertung. In der September-Ausgabe zum Thema Zahngesundheit.

Weitere Themen der aktuellen Ausgabe 9/2007 (ab 15. August im Handel):

- ▶ Durchlässiger Darm als Krankheitsursache: So unterschiedliche Beschwerden und Krankheiten wie Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten, Infektanfälligkeit, Müdigkeit, Gelenkentzündungen, Migräne und selbst Depressionen haben oft eine gemeinsame Ursache – die Darmbarrieren sind durchlässig geworden.
- ▶ Herzgesund essen: Die koronare Herzkrankheit ist zu Recht berüchtigt – wenn die Herzkranzgefäße verstopfen, kann es zum Herzinfarkt kommen. Entscheidende Risiken haben wir selbst in der Hand. Mit einer bewussten Ernährung, die z. B. auf die richtigen Öle setzt und schlechte Fette meidet, lassen sich wichtige Faktoren beeinflussen. Der „Naturarzt“ bietet 10 Regeln für den Alltag.
- ▶ „Dreimal täglich“ hat bald ausgedient: Von Asthma über Bluthochdruck und Rheuma bis hin zu Krebs – Ärzte müssen zunehmend „chronopharmakologisch“ geschult sein. Und Patienten müssen viel besser darüber aufgeklärt werden, warum die Tageszeit der Medikamenten-Einnahme keinesfalls egal ist. Sie entscheidet mit darüber, wie effektiv und verträglich die Therapie ist.

Der Gesundheits-Ratgeber „Naturarzt“ liegt im Zeitschriftenhandel aus. Weitere Informationen sind über die Internetseite [www.naturarzt-access.de](http://www.naturarzt-access.de) erhältlich.