

DEINE Gesundheit

Juni-Juli 2024

- 3 EDITORIAL
- 4 INHALT
- 6 WAS FRAUENBEINE GESUND UND SCHÖN MACHT
- 10 QI GONG bei Morbus Raynaud und Polyneuropathie
- 14 GANZHEITLICHE THERAPIE bei Polyneuropathie
- 18 WUSSTEST DU SCHON...?
 - Mutterkraut • Mitgefühl
 - Frauen- und Männergehirne
- 20 UNERFÜLLTER KINDERWUNSCH Mit Spagyrik Körper und Seele einstimmen
- 26 TCM-ERNÄHRUNG bei Endometriose
- 29 ZAUBERE DIR HEILKRÄUTER-ELIXIERE DMSO – Pflanzenauszug mit Löwenzahn



© Pixel-Shot/Adobe Stock

WAS FRAUENBEINE GESUND UND SCHÖN MACHT



© Pajaros Volando/Adobe Stock

UNERFÜLLTER KINDERWUNSCH



© Rido/Adobe Stock

GANZHEITLICHE ZAHNMEDIZIN



© teatian/Adobe Stock

© 11911/Adobe Stock



© yanadjan/Adobe Stock

**33 SERIE ZUM SAMMELN
SCHNUPPER DICH GESUND!
Ätherische Öle
für den Garten**

38 GANZHEITLICHE ZAHNGESUNDHEIT

44 KURZ UND KNAPP

- Vitalpilze
- Weißdorntee
- Kräuterlimonade

46 BÜCHER

**48 WALDYOGA
mehr als nur Yoga im Wald**

**52 DES LEBENS BUNTE FÜLLE
5 goldene Regeln für
ein erfülltes Leben**

58 DAS WUNDER IM HOLUNDER

**63 WAS MIR GEHOLFEN HAT
Erfahrungsaustausch
von Lesern für Leser**

64 VORSCHAU

65 IMPRESSUM



© s. alpix/Adobe Stock

48

WALDYOGA



© dubova/Adobe Stock

52

**DES LEBENS
BUNTE FÜLLE**



© Анастасия Стрелайло/Adobe Stock

58

**DAS WUNDER IM
HOLUNDER**



© Olga/Adobe Stock



© dreamdes/Adobe Stock



Die Titelthemen sind dunkelgrün gekennzeichnet.

© gudrun/Adobe Stock