

Erkältung?
 Aber nicht
 mit mir!



Gut beraten beim grippalen Infekt

- ✓ 7 homöopathische Arzneien plus der Influenzinum-Nosode
- ✓ bei akuten Erkältungskrankheiten und chronisch wiederkehrenden Infekten
- ✓ optimal zur Empfehlung bei den ersten Symptomen einer Erkältung

metavirulent® Mischung. **Zus.:** 10 g enthalten: Acidum L(+)-lacticum Dil. D15 0,3 g, Aconitum napellus Dil. D4 0,2 g, Ferrum phosphoricum Dil. D8 5,0 g, Gelsemium sempervirens Dil. D4 0,3 g, Influenzinum-Nosode Dil. D30 1,0 g, Luffa operculata Dil. D12 1,0 g, Veratrum album Dil. D4 2,0 g, Gentiana lutea 0,2 g. Sonst. Bestand.: Ethanol, gereinigtes Wasser. **Anw.:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: grippale Infekte. Hinweis: Bei Fieber, das länger als 3 Tage anhält od. über 39°C ansteigt, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Enthält 37 Vol.-% Alkohol. **Gegenanz.:** Alkoholiker, Allergie gg. Inhaltsstoffe. **Vorsichtsmaßn. f. d. Anw.:** Kinder < 12 J. (keine Erfahrungen/Rücksprache), Schwangerschaft und Stillzeit (Rücksprache). **Nebenw.:** Keine bekannt. meta Fackler Arzneimittel GmbH, Philipp-Reis-Str. 3, D-31832 Springe. (01/15) www.metafackler.de

INHALT



Fäkaler Mikrobiomtransfer 4

Der „Stuhltransfer“ stellt einen vielversprechenden Therapieansatz insbesondere der rezidivierenden/refraktären Clostridium-difficile-Infektion dar. Für weitere Therapien müssen noch Studien folgen.



Mehr als nur Verdauung: Die Darmschleimhaut als Barriere und Immunorgan..... 10

Aufbau und Aufgaben der Darmmukosa in den einzelnen Darmabschnitten sowie das Zusammenspiel mit ihren hilfreichen Bakterien werden erklärt.



Das Reizdarmsyndrom (RDS/IBS) aus osteopathischer Sicht 25

Osteopathische Überlegungen fokussieren beim RDS vor allem auf das Vegetativum, faziilitierte Segmente sowie auf die venös-lymphatische Drainage.



Bitteres macht die Nase frei und hält die Blase gesund 40

Neueren Forschungen zufolge stärken Bitterstoffe auch das Immunsystem, damit Atemwegsinfekte oder Blasenentzündungen der Vergangenheit angehören.



Detox: Mit gesunder Ernährung den Körper nachhaltig entgiften 44

Was wir essen, beeinflusst uns mehr als wir meist glauben. Viele mit der Ernährung zusammenhängende Faktoren bedingen oder beeinflussen sich gegenseitig.



Essen und Trinken ohne Reue 52

Immer wieder kann es zu Beschwerden kommen, die nicht auf synthetische Schadstoffe in Lebensmitteln zurückgehen. Natürliche Pflanzeninhaltsstoffe können die Übeltäter sein, wie einige Beispiele belegen.

Fäkaler Mikrobiomtransfer – der aktuelle Stellenwert	4
Dres. med. Arno Siebenhaar und Ulrich Rosin	
Mehr als nur Verdauung. Die Darmschleimhaut als Barriere und Immunorgan	10
Angelika Hecht	
Volkskrankheit Sodbrennen	14
Apothekerin Sabine Helbig	
Schüßler Salze bei Erkrankungen des Verdauungstraktes	18
HP Ulrike Hummel	
Mangel an Magensäure – Wermut als Amarum	22
HP Peter Schwarz	
Das Reizdarmsyndrom aus osteopathischer Sicht	25
Frank Scheuchl, Lisa Bechter, Simone Rösing	
Glücklicher Darm, glücklicher Mensch?	30
Dr. med. Ulrike Güdel	
Funktionelle Dyspepsie: Von der Diagnose zur (Phyto-)Therapie	34
Prof. Dr. med. Ahmed Madisch	
Propionsäure und das Zusammenspiel von Darm und Gehirn	38
HP Jeannette Laux	
Bitteres macht die Nase frei und hält die Blase gesund	40
HP Martina Schneider	
Detox: Mit gesunder Ernährung den Körper nachhaltig entgiften	44
Silvia Bürkle	
Basenfasten bewegt – auch die Gelenke	48
Sabine Wacker	
Essen und Trinken ohne Reue	52
Prof. Dr. Ursula Stephan	
Fit in den Frühling – Power durch Vitalstoffe	57
Nathalie und Dr. med. Edmund Schmidt	
Bewegung ist Leben – der tiefere Sinn dahinter	60
Dr. med. Gerlinde Laeverenz-Foti	

RUBRIKEN

Editorial	1
Akupunkturserie	62
Forschung	64
Pharmanews	66
Marktplatz	69
Buchvorstellungen	71
Veranstaltungen	79
Vorschau/Impressum	80

FACHGESELLSCHAFTEN

Deutsche Akupunktur-Gesellschaft Düsseldorf e.V.	72
BNZ Bundesverband der naturheilkundlich tätigen Zahnärzte in Deutschland e.V.	
BNZ-Fortbildungsakademie	73
Gesellschaft für Medizinalpflanz- und Apitherapie e.V.	74
Heilpraktiker-Zentral-Verband e.V.	75
Europäischer Verband für Naturheilkunde e.V.	76
Forum Orthomolekulare Medizin in Prävention und Therapie e.V.	77
Bundesverband der Colon-Hydro-Therapeuten e.V.	78

ENERGIE MANGEL? KRAFTLOS?

Q10 Bio-Qinon Gold – das Original Q10



Die Rezeptur für mehr Energie

- Verwendet in den bahnbrechenden Herzstudien (Q-Symbio- und KiSel-10-Studie)
- Hohe Bioverfügbarkeit und Wirksamkeit dokumentiert in mehr als 100 wissenschaftlichen Studien
- 100% identisch mit dem körpereigenen Q10
- Ausgezeichnet vom Internationalen Coenzym Q10-Verband (ICQA)



+ In Apotheken erhältlich

PZN 01541525	Q10 Bio-Qinon Gold®	100 mg	30 Kaps.
PZN 00787833	Q10 Bio-Qinon Gold®	100 mg	60 Kaps.
PZN 13881628	Q10 Bio-Qinon Gold®	100 mg	150 Kaps.
PZN 11077655	BioActive UniQinol QH	30 mg	30 Kaps.
PZN 11077649	BioActive UniQinol QH	100 mg	30 Kaps.
PZN 11077632	BioActive UniQinol QH	100 mg	90 Kaps.

Lesen Sie mehr unter:
www.pharmanord.de und
abonnieren Sie unseren Newsletter

Qualitätsprodukte von
Pharma Nord
...die mit dem goldenen Mörser
Kostenlose Hotline: 0800-1122525
www.pharmanord.de