

# Inhalt

- 4 Starten Sie basisch ins neue Jahr
- 7 **Gewinnspiel**
- 8 Die kleine Tee-Apotheke  
Heilkräuter in Arzneiqualität
- 10 Linda Giese  
Glück in 21 Tagen
- 11 Die rote Kraft  
Rote Bete: Heilpflanze der Römer
- 12 Essen wir uns krank?  
Wie Sie Zivilisationskrankheiten vermeiden



**Themenspecial**  
**„natürlich Frau“:**  
Einer krank, alle krank?

- 17 Kreuzworträtsel
- 18 Ätherische Öle in der Klinik?  
Interview mit Fachapothekerin Dorothea Hamm
- 22 Endlich zu dritt  
3 natürliche Wege zum Wunschkind
- 25 Guter Rat aus der Apotheke  
Mit Natur gegen den Hexenschuss
- 26 Neurodermitis naturheilkundlich behandeln
- 30 Mein Kräuterhexen-Wissen  
Schlüsselblume
- 31 Impressum / Vorschau



Foto: janun011 / stock.adobe.com

**18** Ätherische Öle in der Klinik?



Exklusiv aus Ihrer Apotheke

[www.naturheilkunde-und-gesundheit.com](http://www.naturheilkunde-und-gesundheit.com)