

Inhalt

- 4** Gesunde Mitte
Mikrobiom
- 8** Guter Rat aus der Apotheke
Für zarte Hände
- 10** **Professor Dietrich Grönemeyer
im Interview**
Der weite Weg zur Weltmedizin
- 14** Naturheilkunde-Quiz
7 Fragen zur Aromatherapie
- 16** Kreuzworträtsel



**Themenspecial
„natürlich Frau“:
Ganz entspannt**

- 17** **Gewinnspiel**
- 17** Zeit zum Innehalten
Glückskolumne mit Linda Giese
- 18** Gesunde Dämpfe
Aromatherapie
- 21** Reine Raumluft
Erkältungszeit
- 22** Hautpflege in ihrer reinsten Form
Basenbad
- 26** Muskeln mögen Wärme
Rückenschmerzen
- 29** So duftet Weihnachten
- 30** Kräuter-Wissen
Mystische Mistel



Exklusiv aus Ihrer Apotheke
www.naturheilkunde-und-gesundheit.com