

# DEINE Gesundheit

Februar-März 2020

3 EDITORIAL

4 INHALT

6 LYMPHE – WICHTIG FÜR  
DIE ABWEHRKRÄFTE

12 LYMPHE NATÜRLICH IN FLUSS BRINGEN

18 STEINKLEE UND ANDERE LYMPHPFLANZEN

22 WUSSTEN SIE SCHON?

- Glutathion
- Empathie – Unterrichtsfach in Dänemark
- Miso
- Schluckauf

24 POWER FÜR DAS LYMPHSYSTEM

28 LYMPHDRAINAGE

32 SERIE ALPENKRÄUTER:  
Der Frauenmantel



12 LYMPHE NATÜRLICH IN  
FLUSS BRINGEN



LYMPHDRAINAGE



32 FRAUENMANTEL BEI FRAUEN-  
LEIDEN UND MAGEN-DARM

**35 EXTRA: SCHÜSSLER-SALZE-PORTRAITS  
ZUM HERAUSNEHMEN**

**Schüßler-Salz Nr. 9**

Natrium phosphoricum D 6



**38 WALDÖLE – BAUMKRÄFTE FÜR ZUHAUSE**

**42 KURZ UND KNAPP**

- Lavendel – Heilpflanze des Jahres 2020
- Leitungswasser enthält weniger Mineralien
- Mandelentfernung sorgsam abwägen
- + • Mitchondrien-Medizin

**44 SCHILDDRÜSE –**

das Organ der Kommunikation

**52 SERIE VON A BIS ZINK...**

Teil 10: Jod – Spurenelement aus dem Meer

**56 WIE KANN MAN DEN HORMON-HAUSHALT MIT ÄTHERISCHEN ÖLEN IN BALANCE BRINGEN?**

**58 BAUMMEDITATION**

**60 LESERANALYSE 2019**

Deine Gesundheit aus der Sicht unserer Leser

**63 BÜCHER**

**64 VORSCHAU**

**65 IMPRESSUM**



Die Titelthemen sind grün gekennzeichnet.



**38**

**WALDÖLE – BAUMKRÄFTE  
FÜR ZUHAUSE**



**44 SCHILDDRÜSE – DAS ORGAN  
DER KOMMUNIKATION**



**52**

**JOD – SPURENELEMENT  
AUS DEM MEER**

© New Africa/Adobe Stock

© Rasi/Adobe Stock

© Dmytro Tolokonov/Adobe Stock

© photosky99/Adobe Stock