

DEINE Gesundheit

August-September 2020

3 EDITORIAL

4 INHALT

6 WENN DIE AUGEN MÜDE WERDEN

12 AUGEN-YOGA
Zur Stärkung der Sehkraft –
die Nakagawa-Methode

16 NATURHEILKUNDLICHE BEHANDLUNG
VON BINDEHAUTENTZÜNDUNG

20 WUSSTEN SIE SCHON?
• Lidzucken • Anorexie
• D-Mannose • Chaga-Pulver

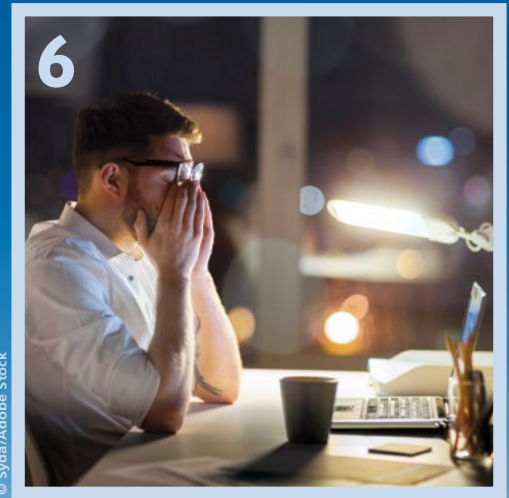
22 IN GESICHTERN LESEN –
PERSÖNLICHE STÄRKEN ERKENNEN

28 EINFACH
FRAU SEIN

30 HEILENDE
HÄNDE



© Rico/Patruca Imarene/Adobe Stock



© Syda/Adobe Stock

WENN DIE AUGEN MÜDE WERDEN



© olialala/Adobe Stock

NATURHEILKUNDE BEI
BINDEHAUTENTZÜNDUNG



© dundamim/Adobe Stock

IN GESICHTERN LESEN
PERSÖNLICHE STÄRKEN ERKENNEN



30

HEILENDE HÄNDE



44

MIT YAMS UND MACA DEN HORMONHAUSHALT REGULIEREN



56

VITAMIN B2 FÜR AUGEN UND PSYCHE

35 EXTRA: SCHÜSSLER-SALZE-PORTRAITS ZUM HERAUSNEHMEN

Schüßler-Salz Nr. 8
Natrium chloratum D 6



- 38 KURZ UND KNAPP**
- Ätherisches Sandelholz-Öl bei Hauterkrankungen
 - Farbveränderung der Sklera als Krankheitszeichen
 - Mikroplastik in Kosmetik
 - Wohngesundheit auf dem Prüfstand

40 ONLINE RAUCHENTWÖHNUNG
mit Hypnose

44 MEHR VITALITÄT MIT YAMS & MACA

48 STEINPILZ & CO.
Essbare Pilze erkennen und genießen

52 EMOTIONALES ESSVERHALTEN
Wenn Essen negative Gefühle vertreiben soll

56 SERIE VON A BIS ZINK:
Teil 12: Vitamin B2 für Augen und Psyche

60 SERIE ALPENKRÄUTER
Teil 8: Gelber Enzian

64 VORSCHAU

65 IMPRESSUM

