

INHALT

- 3 Editorial
- 4 Inhalt

- 6 Das Geheimnis des tiefen Atmens
- 16 Wenn chronischer Husten plagt
- 22 Asthma und Salz
- 24 Erfahrungsbericht Halsentzündung

- 26 Wussten Sie schon... ?
- 28 Wenn Trauer einem den Atem verschlägt ...
- 34 Dem Schmerz die Zähne zeigen

- 36 Lachtraining ... denn Lachen ist die beste Medizin
- 42 Essen für die Seele
- 52 Antike Lungenmedizin – Thymian
- 56 Kurz und knapp
- 58 Bücherwelt
- 60 Vorschau
- 61 Impressum



6 Das Geheimnis des tiefen Atmens



16 Wenn chronischer Husten plagt



22 Asthma und Salz

28 Wenn Trauer einem den Atem verschlägt



42 Essen für die Seele



36 Lachtraining ... denn Lachen ist die beste Medizin



52 Antike Lungenmedizin – Thymian

