

- |    |                                     |    |  |    |  |
|----|-------------------------------------|----|--|----|--|
| 8  | Angstschweiß – Wozu braucht es das? | 24 | Steinreich – Wo es überall Steine im Körper gibt                           | 36 | Die Herzschwäche ist eine immer häufigere Diagnose!  |
| 10 | Aus Fehlern lernt man – Stimmt das? | 26 | Viel trinken! – Aber wieviel ist eigentlich richtig?                       | 38 | Schluckauf – Lästig oder bedenklich?                 |
| 12 | Denken ist gar nicht so einfach!    | 28 | Besser werden durch Nichtstun – die Effekte der Regeneration               | 40 | Atmet die Haut wirklich?                             |
| 14 | Wahrheiten in der Medizin           | 30 | Warum friert der eine, der andere nicht?                                   | 42 | Sport zur Gesundheit – Regelmäßig oder gelegentlich? |
| 16 | Kann der Computer krank machen?     | 32 | Herztod verursacht durch Autos?  | 44 | Der Puls – Was erzählt er uns?                       |
| 18 | Juckreiz – Oft eine Qual!           | 34 | Krankheitsverläufe: Gestern noch gesund und heute krank – Wie gibt es das? | 46 | Abwehr und Immunität – Das Rechtssystem im Körper    |
| 20 | Jammern nützt nichts – oder doch?   |    |  |    |  |
| 22 | Das Bauchgehirn – Gibt es das?      |    |  |    |  |

48	Blutvergiftung – Unbehandelt oft ein tödliches Problem!	60	Ellenbogenmentalität – Wieviel Höflichkeit ist noch gesund?	72	Nützen Gifte in kleinen Dosierungen?
50	Garten – Gesundheitsfaktor oder Belastung?	62	Risikofaktor Cholesterin – Kann man auf natürliche Weise etwas dagegen tun?	74	Die Aorta: Schlichtes Rohr oder lebenswichtiges Organ?
52	Gesunder Menschenverstand – Was tun, wenn er krank wird?	64	Was macht eigentlich die Milz?	76	Neue Smartphone Technologien – Fluch oder Segen für die Gesundheit
54	Grillen im Sommer – Gesundheitsbelastung?	66	Tumordiagnose – Einbahnstraße in den Sarg?	78	Warum nicht jeder Blut sehen kann...
56	Misserfolg – Können die Gene schuld sein?	68	Wer ist eigentlich wirklich tot?	80	Das 8. Weltwunder in der Medizin
58	Kann Faulheit gesund sein?	70	Spinat - Wann ist etwas wirklich gesund?	82	Das Gespräch – Oft effektiver als jede Tablette

84	Waldmedizin – Heilkraft der Natur	96	Ideenlosigkeit – Was tun dagegen?	110	Vergesslichkeit und Demenz – Wo ist die Grenze?
86	Der Innere Kompass – Wo ist eigentlich rechts?	98	Zivilcourage	112	Der Glutaeus Maximus
88	„Den hat der Schlag getroffen!“ – Was bedeutet das eigentlich?	100	Hygiene – Wie viel ist sinnvoll, was ist übertrieben?	114	Lug und Trug – Biologische Zeichen der Unwahrheit
90	Zeit ist relativ – warum eigentlich?	102	Klimawandel selbst gemacht – Das Raumklima	116	Mikromort – Einheit der Todesgefahr?
92	Körpersignale und die „Innere Stimme“	104	Bewegungs-intelligenz	118	Der ärztliche Augenblick
94	Gesundheits-befehle	106	Das Herz – Fakes und Fakten	120	Ist der Mensch ein Herdentier oder doch Einzelgänger?
		108	Magnesium – Mineralstoff und Krampflöser		

- |   |   |  |
|---|---|--|
| 122 Placebo –<br>Sinnvoll oder wirkungslos?           | 132 Rechts und Links<br>– Warum wird es so häufig verwechselt?        | 140 Abgase:<br>Wie schlimm ist eigentlich der menschliche Auspuff? |
| 124 Plötzlich bewusstlos                              | 134 Tremor – Das nervige Wackeln                                      | 142 Krisen - Welche sind wirklich gefährlich?                      |
| 126 Kindchenschema und Dackelblick                    | 136 Warum erwischt es mich schon wieder? – Erhöhte Infektanfälligkeit | 144 Fluch und Segen von Tabletten                                  |
| 128 Sonderbare Drüsen                                 | 138 Rot-Grün Schwäche   | 146 Prävention – Was macht der Arzt, was kann ich selber?          |
| 130 Die Grundstimmung – Ist schlechte Laune sinnvoll? |   |  |