

P

Paracetamol & Gelenkschmerzen 9/6
 Parkinson, wie ernähren 11/16
 Pflanzen, können sie fühlen? 6/28
 Protein, Hype um 9/16

R

Reizflut & Konzentration 5/9
 Resistente Keime, Nikotin 5/7
 Rheuma bei Kindern 9/11
 Rheuma, Forschung 9/8
 Rotwein, Wirkung Herz 7-8/6
 Rückenschmerzen, was hilft 9/28

S

Salate, seltene 3/24
 Salz, heilsames, als Haus- und Heilmittel 6/12
 Salz, Konsum, Wirkung 6/9
 Säureblocker triggern Migräne 1-2/6
 Schlaf, entschlüsselt 4/14
 Schlaf, Produkte 4/24
 Schlaf, schlechter 4/9
 Schlaf, schön denken 4/18
 Schlaf, Teenager 4/23
 Schlaf, verbessern 4/16
 Schlaf, vermessen 4/20
 Schlaf, was passiert im 4/11
 Schlaffördernd essen 4/28
 Schlafstörungen 4/2
 Schlechte Gewohnheiten, wie kann man sie ändern 7-8/25
 Schlehdorn 11/7
 Sechster Sinn im Darm 10/6
 Singen, hilft Lungenkranken 12/6
 Skinfluencer, Sephora-Kids 10/31
 Sonnenbrand, wie entsteht 5/6
 Sport, verbessert IQ 5/7
 Synchronisierung, Streben nach Gleichklang 12/20

T

Tiere, behandeln Krankheiten selbst, Naturapotheke 12/28
 Ton, Gestein des Jahres 6/6
 Training, Intensität nach Alter 7-8/14

U/V

Virusinfekte, auskurieren 11/11
 Vorstellungskraft, Macht der Gedanken 6/24

W

Waldbäume, Naschen von 5/20
 Warme Wintersalate 12/16
 Wechseljahre, Kräuter für 3/12
 Wechseljahre, Risiken für weibliche Gesundheit im Alter 3/11
 Wechseljahre, Tabu 3/9
 Würzen ohne Salz 6/11

Rezepte

Grünes Curry mit Kichererbsentofu 7-8/34
 Halloumi-Aprikosen-Spiesse 10/34
 Hirse-Bratlinge mit Kaki-Chutney 11/34
 Mohn-Crepes mit Hagebuttenmark 12/34
 Petersilienwurzel-Cremesuppe mit Trüffelöl 1-2/34
 Randensalat mit Algen und Sanddorn 4/10
 Reissalat mit Lattich 6/34
 Spargelsalat mit Erdbeeren 3/34
 Süsskartoffel-Gnocchi mit Salbei 5/34
 Veganes Bananenbrot 9/34