

# LEBE

*natürlich*

DAS MAGAZIN FÜR NATUR & THERAPIE

## GLATTEIS

HILFE NACH  
STÜRZEN

## VITAMIN D

NORMALE DOSIS  
ODER HOCHDOSIS?

## FRIEREN

WAS SCHNELL HILFT

## DARM

REINIGUNG UND  
AUFBAU

## GEFÄSSE

VERKALKUNGEN  
LÖSEN

## SHIITAKE

DER ERKÄLTUNGSPILZ

## ENTWURMEN

OHNE GIFT

# LITHIUM, DAS GLÜCKS- MINERAL