







Links die Sie interessieren könnten...

Thema: Leben und Gesundheit / 03 19 – 03

	<p>Krank von zu vielen Medikamenten <u>Medikamentenliste</u> Viele Arzneien von vielen Ärzten: Das Rezept für einen gefährlichen Medikamenten-Cocktail, bei dem niemand mehr den Überblick hat.</p>
	<p><u>Honig – Heilkraft aus der Wabe</u> Schon Kleopatra soll ihr Gesicht mit Honig streichelzart gepflegt haben. Lesen Sie hier, warum uns Honig noch heute von innen und von außen mit allem versorgt, was uns fit und gesund hält.</p>
	<p><u>5 Lebensmittel für einen besseren Schlaf</u> enn wir damals als Kind nicht einschlafen konnten, hat uns unsere Mama eine heiße Milch mit Honig ans Bett gebracht. Doch es gibt noch weitere Lebensmittel, die uns dabei helfen können, schneller einzuschlafen.</p>
	<p><u>Gefährlich: Zu viel Wasser trinken kann diese schlimmen Folgen haben!</u> Trinken, trinken, trinken – diesen Ratschlag hören wir immer wieder. Mehrere Liter Wasser am Tag sollten wir am besten zu uns nehmen. Wissenschaftler haben nun in einer Studie gezeigt, dass dieser Tipp nicht immer stimmt.</p>
	<p><u>Es gibt eine Ausnahme: Warum wir jetzt keine Tomaten kaufen sollten</u> Sie sind fest und leuchtend rot - Tomaten überzeugen vor allem durch ihr sonnengereiftes Aroma. Jetzt im Winter aber gibt es immense Unterschiede. Die Saison und Herkunft spielen eine Rolle. Worauf Sie achten sollten.</p>
	<p><u>Warum du nie auf der rechten Seite schlafen solltest</u> Rund 59 Prozent aller Menschen schlafen auf die rechte Seite gedreht. Doch Ärzte warnen: Besser, du schläfst links!</p>