



FOTO: ISTOCKPHOTO

Gut vorbereitet und geschützt auf die Piste.

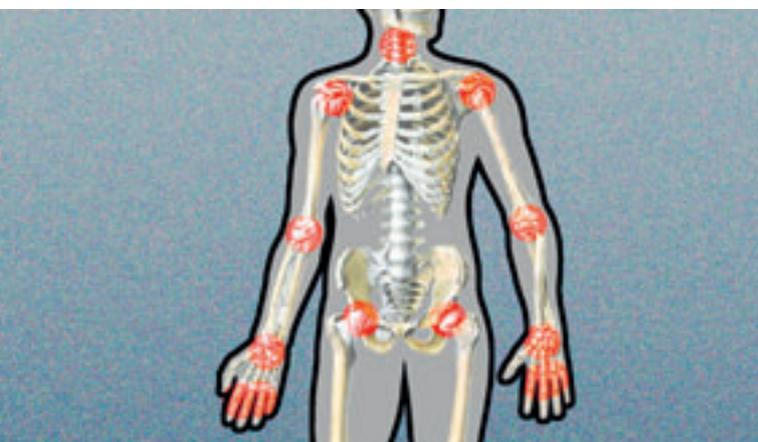


ILLUSTRATION: PETER WANNER

Rheumatoide Arthritis: Zerstörung der Gelenke aufhalten.



FOTO: ISTOCKPHOTO

Naseputzen: Schon kleine Kinder sollten es lernen.

Gesundheitspolitik

Höchste Zeit für die Volksinitiative	8
Falsche Regulierung im Gesundheitswesen	11

Sportlich durch den Winter

Von Kopf bis Fuss auf Winter eingestellt	12
Sauna: wärmstens zu empfehlen	14
Auf zum Wintersport	17

Gelenkerkrankungen

Arthrose: Beschwerden durch Gelenkverschleiss	24
Neue Medikamente bei rheumatoider Arthritis	28

Weitere Themen

Die Landarztglosse	21
Selbsthilfegruppen	22
Dies gelesen – das gedacht	27
Naseputzen: nicht zu kräftig und zu häufig	32
Mundgeruch, ein peinliches Übel	35
Die Schlittenhunde haben ausgedient	36
Sich für andere starkmachen	39
Ein cooler Krimi mit Frau Dr. HotDok	42
Süßer Duft aus ferner Welt	44

Rubriken

Editorial und Impressum	3
Inhaltsverzeichnis	5
Infos kompakt	6
Bücher	20, 26, 34
Kurzgeschichte	31
Kreuzworträtsel	47