

# HEILSAM SURFEN



## **Komplementärmedizin bei Krebs** [www.kompetenznetz-kokon.de](http://www.kompetenznetz-kokon.de)

Universitäten und Kliniken haben sich im Kompetenznetz Komplementärmedizin in der Onkologie zusammengetan, um ihr Wissen über ergänzende Hilfen in der Krebsbehandlung zusammenzutragen. Erfahrene Ärzte beraten in Telefonsprechstunden bundesweit zu Therapiefragen, das Angebot steht allen interessierten Krebs-Patienten offen.

## **Achtsamkeitsmeditation** [www.mbsr-verband.de](http://www.mbsr-verband.de)

Achtsamkeitsbasierte Meditation (englische Abkürzung: MBSR) hilft bei Stress und Schmerzen. Eine Datenbank mit Kursen und Infos bietet der Verband. Die Anbieter verpflichten sich zu weltanschaulicher Neutralität und nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil.

## **Infoheft Arzneipflanzen** [mediathek.fnr.de/arzneipflanzen-anbau-und-nutzen.html](http://mediathek.fnr.de/arzneipflanzen-anbau-und-nutzen.html)

Unter dieser Adresse kann man kostenlos die Broschüre „Arzneipflanzen – Anbau und Nutzen“ bestellen. Ein kompakter Überblick über die wichtigsten Heilkräuter und ihre Wirkungen.

## **Esoterik-Aufklärer** [www.psiiram.com](http://www.psiiram.com)

Früher hieß diese Seite EsoWatch, doch auch nach der Umbenennung ist der alte Name Programm: Alternativmedizinische Lehren werden hier kritisch hinterfragt, Nutzloses wird schonungslos gebrandmarkt.

## **Verlässliche Informationen** [www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de)

Allgemeinverständlich informieren hier Fachleute des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG), welche Behandlungen nach aktuellem Stand des medizinischen Wissens empfehlenswert sind – geordnet nach Krankheitsbildern. Eine gute Seite auch für Menschen, die skeptisch sind, ob ihr schulmedizinischer Arzt tatsächlich die beste Therapie empfiehlt.

## **Blog von Edzard Ernst** [www.edzardernst.com](http://www.edzardernst.com)

Scharfzüngig und mit viel Sachverstand kommentiert der Alternativmedizin-Experte Edzard Ernst hier neue Studien aus seinem Fachgebiet. In den Kommentaren diskutiert er auch mit seinen Kritikern – alles allerdings nur auf Englisch.

## **SPIEGEL ONLINE: Dossier Natürlich heilen** [www.spiegel.de/thema/natuerlich\\_heilen/](http://www.spiegel.de/thema/natuerlich_heilen/) **SPIEGEL ONLINE: Dossier Mythos oder Medizin?** [www.spiegel.de/thema/mythos\\_oder\\_medizin/](http://www.spiegel.de/thema/mythos_oder_medizin/)

In diesen Artikelsammlungen haben die Fachredakteure von SPIEGEL ONLINE ihr geballtes Wissen zur Alternativmedizin zusammengetragen. Die Kolumne „Mythos oder Medizin?“ klärt, was an populären Gesundheitsratschlägen wirklich dran ist.

## IMPRESSUM

SPIEGEL-Verlag Rudolf Augstein GmbH & Co. KG  
Ericusspitze 1, 20457 Hamburg  
**TELEFON** (040) 3007-0, -2700 (Kundenservice)  
**TELEFAX** (040) 3007-2246 (Verlag),  
(040) 3007-2247 (Redaktion)  
**E-MAIL** [spiegel@spiegel.de](mailto:spiegel@spiegel.de)

**HERAUSGEBER** Rudolf Augstein (1923 – 2002)  
**CHEFREDAKTEUR** Wolfgang Büchner (V.i.S.d.P.)

**STELLV. CHEFREDAKTEURE**  
Klaus Brinkbäumer, Dr. Martin Doerry

### REDAKTIONSLEITUNG

Dietmar Pieper; Annette Großbongardt

**REDAKTION** Annette Bruhns, Angela Gatterburg, Uwe Klufmann, Joachim Mohr, Bettina Musall, Dr. Johannes Saltzwedel, Dr. Eva-Maria Schnurr, Dr. Rainer Traub

**REDAKTEURINNEN DIESER AUSGABE**  
Annette Bruhns, Dr. Eva-Maria Schnurr

**GESTALTUNG** Jens Kuppi

**INFOGRAFIK** Cornelia Baumermann, Ludger Bollen, Cornelia Pfauter, Michael Walter  
**BILDREDAKTION** Thorsten Gerke

### CHEF VOM DIENST

Anke Jensen, Thomas Schäfer

**SCHLUSSREDAKTION** Lutz Diedrichs, Bianca Hunekuhl, Tapio Sirkka

**DOKUMENTATION** Dr. Hauke Janssen; Jörg-Hinrich Ahrens, Johanna Bartikowski, Dr. Helmut Bott, Klaus Falkenberg, Silke Geister, Michael Jürgens, Tobias Kaiser, Peter Lakemeier, Dr. Petra Ludwig-Sidow, Rainer Lübbert, Sonja Maaß, Dr. Vasilios Papadopoulos, Heiko Paulsen, Rainer Szimm

**TITELBILD** Suze Barrett, Arne Vogt; Iris Kuhlmann, Gershom Schwalfenberg  
*Besondere Aufgaben:* Stefan Kiefer

### ORGANISATION

Meike Rietscher, Petra Schwenke

**PRODUKTION** Solveig Binroth, Ines Hermes, Christiane Stauder, Petra Thormann

**HERSTELLUNG** Mark Asher

**VERANTWORTLICH FÜR ANZEIGEN**

Norbert Facklam

**ANZEIGENOBJEKTLEITUNG**

Arne Stefan Stiller

**VERANTWORTLICH FÜR VERTRIEB**

Thomas Hass

**DRUCK** appl druck GmbH, Wemding

**OBJEKTLEITUNG** Manuel Wessinghage

**GESCHÄFTSFÜHRUNG** Ove Saffe

© SPIEGEL-Verlag Rudolf Augstein GmbH & Co. KG, November 2013  
ISSN 1868-4378



### Abonnementbestellung

Coupon bitte ausschneiden und im Briefumschlag senden an: SPIEGEL-Verlag, Kunden-Service, 20637 Hamburg  
Telefon: (040) 3007-0, (040) 3007-2700 oder per Fax: (040) 3007-3070

Ich bestelle mindestens vier Hefte SPIEGEL WISSEN frei Haus für nur € 7,10 pro Ausgabe statt € 7,80 im Einzelkauf. Der Bezug verlängert sich um ein weiteres Jahr, wenn nicht acht Wochen nach Erhalt der 3. Ausgabe gekündigt wird. Das Angebot gilt nur in Deutschland.

Bitte liefern Sie SPIEGEL WISSEN an:

Name, Vorname des neuen Abonnenten

Straße, Hausnummer oder Postfach

PLZ, Ort

Ich bezahle bequem und bargeldlos per Bankeinzug (jährlich € 28,40)

Bankleitzahl, Kontonummer

Geldinstitut, in

Datum, Unterschrift des neuen Abonnenten SC13-001