

## Neues aus der Medizin

### Vitamine bei Migräne

Ein hoch dosierter Vitamincocktail kann Kopfschmerzen vorbeugen. In einer Studie stellten die Patienten schon nach einer vierwöchigen, regelmäßigen Einnahme eine Verringerung der Anfälle fest, und ihr Verbrauch an Schmerzmitteln sank.

**Migravent, 90 Kapseln,  
24,95 Euro**

### Die gelbe Frucht schützt Gefäße

Der Konsum von zwei Bananen pro Tag vermindert das Risiko für Hirnschläge und Herz-Erkrankungen um 21%. Zu dieser Erkenntnis kommen Wissenschaftler aus der Schweiz nach der Analyse medizinischer Daten von mehr als 250 000 Personen. Eine Banane enthält 380 Gramm Kalium. Dieser wichtige Mineralstoff steuert den Wasserhaushalt im Körper und den Herzrhythmus.

### Voller Genuss ohne Reue

Eis, Kuchen, Sahne – Viele müssen darauf verzichten. Aufgrund eines Mangels an körpereigener Laktase reagieren sie empfindlich auf Milchprodukte. Ein spezieller Wirkstoff ersetzt das fehlende Enzym und macht Naschen wieder verträglich.

**Lactosolv, 30 Kapseln,  
9,90 Euro**

### Lauch ist gut für die Knochen

Wer regelmäßig Lauch verzehrt, kann sein Risiko für Hüftarthrose senken, entdeckten Forscher am King's College in London. Grund: Ein spezieller Wirkstoff in dem Gemüse unterdrückt Enzyme, die für den Abbau von Zellen verantwortlich sind.