

Van: GezondMail nieuwsbrief <mailinglist@socmut.be>
Aan: veerle.solia@amsab.be
Datum: 04/20/2010 10:28 AM
Onderwerp: Darmklachten – lage bloeddruk – hooikoorts – koken met tuinkers

[Indien u deze mail niet kan lezen, klik hier!](#)

april 2010 - de gezondheidsnieuwsbrief van de Socialistische Mutualiteiten

Darmklachten

Pijnlijke darmen, een opgeblazen buik en winderigheid kunnen wijzen op het prikkelende darm syndroom. Maar ook op glutenintolerantie, lactose-intolerantie of een chronische darmontsteking.

[>> Lees meer](#)

Lage bloeddruk

Wanneer noemt men de bloeddruk laag? En hoe voel je het? Bij warm weer ben je vatbaarder voor lage bloeddruk. Deze tips en remedies helpen.

[>> Lees meer.](#)

Tintelende of pijnlijke vingers

Heb je tintelingen of pijn in je vingers? Glijt alles de laatste tijd uit je handen? Dan heb je misschien een carpal tunnelsyndroom.

[>> Lees meer](#)

Hoe koken wij?

Lezers van gezondweb geven hun geheimen vrij over hun kookwijze in een enquête op gezondweb. En de webdiëtiste geeft er haar mening over.

[>> Lees meer.](#)

Creatief koken met tuinkers

Tuinkers of cresson kan je aan salades, soepen en sauzen of gewoon aan een broodje toevoegen om een scherpe radijsachtige smaak te krijgen.

[>> Lees meer.](#)

Hooikoorts: filmpje

Heb je last van hooikoorts? Dit filmpje legt uit wat hooikoorts precies is en hoe je het kan bestrijden.

[>> Lees meer](#)

Alles over ziekten - voeding - gezond sporten - geestelijk welzijn

Deze nieuwsbrief geeft enkel algemene informatie en mag niet worden gebruikt ter vervanging van het medisch advies van je huisarts of gezondheidsspecialist.

[Schrijf je hier in.](#) Wil je deze nieuwsbrief niet meer ontvangen? [Schrijf je hier uit.](#)