

“Je kunt **niet Surfen** zonder **WIND**”

**Websites • Hosting • CMS**  
**Webwinkels • Nieuwsbrieven**

**WIND**  **INTERNET**

[www.windinternet.nl](http://www.windinternet.nl)

Ontvangt u de nieuwsbrief niet goed? [Klik hier voor een online versie](#)

**ConsuMed**<sup>®</sup> KWALITEIT IN  
MEDISCHE INFORMATIE

Nieuwsbrief

woensdag 13 juli 2011



#### ACTUELE DOSSIERS

---

### Sneller afslanken met yoghurt

Het idee dat slank worden te maken heeft met meer bewegen en minder eten blijkt niet waar te zijn. Nieuw onderzoek wijst uit dat wát je eet veel belangrijker is. Yoghurt blijkt bijvoorbeeld een tovermiddel. [Lees verder »](#)

- [Wanneer heb ik overgewicht? »](#)
- [De oorzaak van overgewicht »](#)
- [Waarom is afvallen noodzakelijk »](#)
- [Welke behandelingen zijn er? »](#)

## MEDISCH NIEUWS

### Deelnemers Vierdaagse bewegen genoeg



Slechts de helft van de Nederlanders beweegt voldoende. Een uitzondering zijn deelnemers aan de Nijmeegse Vierdaagse.

Volgens inspanningsfysioloog prof. M. Hopman van het UMC St Radboud blijft 92 procent van de deelnemers het hele jaar door actief.

[Lees verder](#)

- [Kliklijn rookverbod is pesterij](#)
- [Aantal tienermoeders in België neemt af](#)
- [Op kamers? Let op je gewicht!](#)
- [Allesoverseks.be gaat mobiel](#)
- [Jeugd met alcohol op straat strafbaar](#)
- [Geen drank meer voor jonge automobilist](#)
- [Jongeren blowen steeds minder](#)
- [Gevaar BSE-vlees is bijna geweken](#)
- [Slanke mensen niet automatisch gezonder](#)
- [Patiënten vinden ervaringen belangrijk](#)

## NIEUW OP HET FORUM

- [Ik vind yoghurt erg lekker, maar het geeft me...](#)

door [Infraroodborstje](#) op 12 jul.

- [vraag eens bij je huisarts naar behandelning...](#)

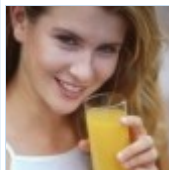
door [hilde1](#) op 11 jul.

- [Je kunt altijd nog ene haartransplantatie...](#)

door [Doortje](#) op 11 jul.

## DOSSIER

### Weerstand



#### Let op je weerstand!

Ook in de zomer is het belangrijk op je weerstand te letten. Je wilt je vakantie dagen toch niet doorbrengen op het toilet? In het speciale dossier Weerstand lees je hoe je jouw weerstand kunt verbeteren. [Lees verder »](#)

- [Heeft u een \*\*slechte\*\* weerstand? »](#)
- [Zelftest: Heb ik griep? »](#)

## DOSSIER

### Hart & cholesterol



#### Eet gezond, ook in de zomer!

De zon schijnt, je zit lekker buiten en hebt geen zin om te koken. Voor je het weet heb je al een paar dagen kant-en-klaar maaltijden of fastfood op tafel. Al die vetten zijn echter niet goed voor je cholesterol en je hart. [Lees verder »](#)

- [Goede of slechte \*\*cholesterol\*\*? »](#)
- [Video: Verhoogd bloedvetgehalte »](#)

• [Ik zou in mijn eerst hulpkoffer \(die gelukkig...](#)

door [anton258](#) op 9 jul.

• [Hey, Idd, koelen met water moet zeker eerst...](#)

door [anton258](#) op 9 jul.

• [Hey, Aangezien ik nog maar 15 ben kan ik deze...](#)

door [anton258](#) op 9 jul.

• [Mijn vriendin heeft flinke littekens van ene...](#)

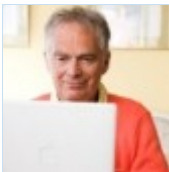
door [diesel](#) op 6 jul.

• [Goh, dat klinkt me nogal onhandig in de oren,...](#)

door [gerdie](#) op 6 jul.

## ADVERTORIAL

### Blijf zitten voor een bezoek aan de apotheek



**Even snel een tube handcrème of potje vitaminetabletten halen, kan soms erg tegenvallen. Door een lange rij voor de kassa.**

Of nog erger: een gesloten winkeldeur. Maar die teleurstellingen kunt u nu makkelijk voorkomen. Via [Mediq Apotheek Online](#) haalt u zelfzorgproducten snel en simpel in huis, zonder dat u de deur uit hoeft.

Bij [Mediq Apotheek Online](#) kunt u terecht voor veel meer dan alleen geneesmiddelen. Deze online apotheek biedt hetzelfde uitgebreide assortiment zelfzorgproducten als een lokale Mediq Apotheek. Denk aan huidverzorgingsproducten, zonbescherming, vitamines en pijnstillers. Ook babyproducten en middelen tegen verkoudheid of allergie zijn te bestellen.

[Lees verder »](#)

## GEZONDHEIDSTEST

**Heb ik obesitas (overgewicht)?**

[Doe de test](#)

- [ConsuMed biedt meer dan 100 zelftests](#)

## DOSSIER IN BEELD

# ALLES OVER SLAPEN & VERMOEIDHEID

- [Lees meer over slaapproblemen](#)

## POPULAIRE CONSUMED DOSSIERS

• [Aambeien](#)

• [Afslanken](#)

• [Alzheimer & Dementie](#)

• [Astma](#)

• [Baby & Kind](#)

• [Huid](#)

• [Incontinentie](#)

• [Keel & Hoest](#)

• [Koorts](#)

• [Koortslip](#)

• [Seksualiteit](#)

• [Slapen & Vermoeidheid](#)

• [SOA](#)

• [Spieren & Gewrichten](#)

• [Stoppen met roken](#)

- COPD
- Darmen
- Diabetes
- Eczeem
- Erectie problemen
- Hart & Cholesterol
- Hoofd & Haar
- Hoofdpijn
- Hooikoorts

- Maagpijn/zuur
- Menstruatie
- Mondverzorging
- Osteoporose
- Overactieve Blaas
- Overgang
- Pijn
- Prostaat
- Psoriasis

- Stress
- Verkoudheid & Griep
- Voetverzorging
- Weerstand
- Wondverzorging
- Zonnen
- Zwangerschap

Wilt u de ConsuMed nieuwsbrief **niet** meer ontvangen? [Klik hier om u uit te schrijven](#)