

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

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

**WIND**  **INTERNET**

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

Tijnjedyk 89 | 8936 AC LEEUWARDEN | T 058 - 28 02 887 | [info@windinternet.nl](mailto:info@windinternet.nl)

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

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

Nieuwsbrief

dinsdag 26 juli 2011



## ACTUELE DOSSIERS

---

### 7 tips om je spieren in vorm te houden

In beweging zijn is prettig, maar wat als je al na een kwartiertje last krijgt van je spieren? Laat je niet ontmoedigen, maar houd je spieren in vorm met deze 7 eenvoudige tips! [Lees verder »](#)

---

- [Wat zijn spieren en gewrichten?](#)
- [Spier- en gewrichtsoverbelasting »](#)
- [Spier- en gewrichtspijn behandeling »](#)
- [Overbelasting voorkomen »](#)

## MEDISCH NIEUWS

### Hongarije voert Hamburgertaks in



Het Hongaarse parlement heeft ingestemd met de invoering van een zogenaamde 'hamburgertaks' op voedingsmiddelen die als ongezond worden beschouwd. Dat meldt het ANP. Het gaat niet alleen om zorgen over ongezonde voeding. De extra belasting is ook bedoeld om de overheidsfinanciën op orde te krijgen.

[Lees verder](#)

- [Fastfood in de buurt blijkt ongezond](#)
- [Tot 40% snellere wondgenezing met Fenistil® Wondgel](#)
- [Mogelijk medicijn tegen borstkanker](#)
- [Hoop voor patiënt met ernstige COPD](#)
- [Nieuw: anticonceptie voor mannen](#)
- [Borstvoeding verkleint kans op astma](#)
- ['Manorexia' komt steeds vaker voor](#)
- ['Steun kan zelfmoord voorkomen'](#)
- [Er is geen veilige dosis voor alcohol](#)
- [Zonnebrand veroorzaakt eerder rimpels](#)
- [Zwanger worden? Veel poetsen en flossen!](#)

## NIEUW OP HET FORUM

- [Ik zou eens beginnen met een goede warming up...](#)

door [Infraroodborstje](#) op 26 jul.

- [Als ik het goed lees zijn er wel degelijk...](#)

door [yvette16](#) op 26 jul.

- [Ik heb er geen ervaring mee, maar ik zou...](#)

## DOSSIER

### Zwangerschap



#### Nieuw: anticonceptie voor mannen

Het duurt niet lang meer, of ook mannen gaan aan de pil. De mannenpil blijkt dichterbij dan je denkt.

[Lees verder »](#)

- [Zwangerschapskwaaltjes »](#)
- [Video: Hoe gaat een vlokentest?](#)

## DOSSIER

### Astma



#### Borstvoeding verkleint kans op astma

Zes maanden borstvoeding verkleint de kans op astma bij baby's, zo blijkt uit nieuw onderzoek.

[Lees meer »](#)

- [Mogelijke oorzaken van astma »](#)
- [Video: Astma in beeld](#)

door [yvette16](#) op 26 jul.

- [ik heb ook jaren fentanyl pleisters gebruikt...](#)

door [Kleaterbasse](#) op 25 jul.

- [Ik had hier niet echt gereageerd, maar heb...](#)

door [Annete](#) op 24 jul.

- [Als kind heb ik z.g.n. Jeugdastma gehad. De...](#)

door [Jan](#) op 22 jul.

## FORUM

### Altijd last van spierpijn?



**Gebruiker 10nus heeft heel snel last van spierpijn en lijkt hier maar geen oplossing tegen te kunnen vinden:**

*Wat ik ook doe, een lichte inspanning zoals een eindje fietsen of zwaar werk in de tuin...ik heb achteraf altijd spierpijn. Als het heel erg is neem ik wel eens een pijnstillertje, maar omdat ik een gevoelige maag heb doe ik dat liever niet. Ik ben vast niet de enige met zulke klachten. Hoe gaan jullie hier mee om?*

**Wat zou jij 10nus adviseren?**

## GEZONDHEIDSTEST

**Heb ik gewrichtsontsteking (artritis)?**

[Doe de test](#)

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

DOSSIER IN BEELD

## ALLES OVER ERECTIE PROBLEMEN

- [Lees meer in ons dossier...](#)

### POPULAIRE CONSUMED DOSSIERS

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Aambeien</a></li><li>• <a href="#">Afslanen</a></li><li>• <a href="#">Alzheimer &amp; Dementie</a></li><li>• <a href="#">Astma</a></li><li>• <a href="#">Baby &amp; Kind</a></li><li>• <a href="#">COPD</a></li><li>• <a href="#">Darmen</a></li><li>• <a href="#">Diabetes</a></li><li>• <a href="#">Eczeem</a></li><li>• <a href="#">Erectie problemen</a></li><li>• <a href="#">Hart &amp; Cholesterol</a></li><li>• <a href="#">Hoofd &amp; Haar</a></li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Huid</a></li><li>• <a href="#">Incontinentie</a></li><li>• <a href="#">Keel &amp; Hoest</a></li><li>• <a href="#">Koorts</a></li><li>• <a href="#">Koortslip</a></li><li>• <a href="#">Maagpijn/zuur</a></li><li>• <a href="#">Menstruatie</a></li><li>• <a href="#">Mondverzorging</a></li><li>• <a href="#">Osteoporose</a></li><li>• <a href="#">Overactieve Blaas</a></li><li>• <a href="#">Overgang</a></li><li>• <a href="#">Pijn</a></li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="#">Seksualiteit</a></li><li>• <a href="#">Slapen &amp; Vermoeidheid</a></li><li>• <a href="#">SOA</a></li><li>• <a href="#">Spieren &amp; Gewrichten</a></li><li>• <a href="#">Stoppen met roken</a></li><li>• <a href="#">Stress</a></li><li>• <a href="#">Verkoudheid &amp; Griep</a></li><li>• <a href="#">Voetverzorging</a></li><li>• <a href="#">Weerstand</a></li><li>• <a href="#">Wondverzorging</a></li><li>• <a href="#">Zonnen</a></li><li>• <a href="#">Zwangerschap</a></li></ul> |
|--|---|--|

- [Hoofdpijn](#)

- [Hooikoorts](#)

- [Prostaat](#)

- [Psoriasis](#)

© ConsuMed. Alle rechten voorbehouden

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

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