



## Shatavari: Wirkung der ayurvedischen Wurzel auf den Körper

Shatavari ist eine beliebte Heilpflanze im Ayurveda und aufgrund ihrer gesundheitsfördernden Eigenschaften bekannt. Besonders positiv soll sich eine Einnahme bei der Frau auswirken. Wir erklären die Wirkung von Shatavari auf den Körper.

[Zum Artikel](#)



## Krankschreibung bei Burnout: Das müssen Sie wissen

Burnout beschreibt einen Zustand der emotionalen, körperlichen und geistigen Erschöpfung. Burnout kann zu einer Vielzahl von gesundheitlichen Problemen führen, wie z. B. Schlafstörungen, Depressionen, Angstzuständen und körperlichen Beschwerden. Aber reicht das für eine Krankschreibung?

[Zum Artikel](#)

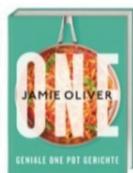


## Rezept für One-Pot Tagliatelle mit Rucola

Wenn der Hunger groß ist, muss es in der Küche schnell gehen. Deshalb ist unsere vegetarische One-Pot-Pasta mit Rucola und Mozzarella genau die richtige Wahl für alle knurrenden Mägen.

[Zum Artikel](#)

### vital Redaktionslieblinge



ONE: Geniale One Pot Gerichte

ca. 30 Euro



STOOV Ploov Samt Heizkissen

ca. 120 Euro



## Omas Hausmittel gegen Rückenschmerzen: Diese lindern Ihre Beschwerden natürlich

Rückenschmerzen können den Alltag stark beeinträchtigen. Wir stellen Ihnen Omas Hausmittel gegen Rückenschmerzen vor, die auf natürliche Weise Linderung versprechen und Ihre Beschwerden effektiv behandeln.

[Zum Artikel](#)



[Impressum](#) | [Datenschutz](#) | [Newsletter abmelden](#)