Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **77 (2020)**

Heft 5

PDF erstellt am: **16.05.2024**

Nutzungsbedingungen

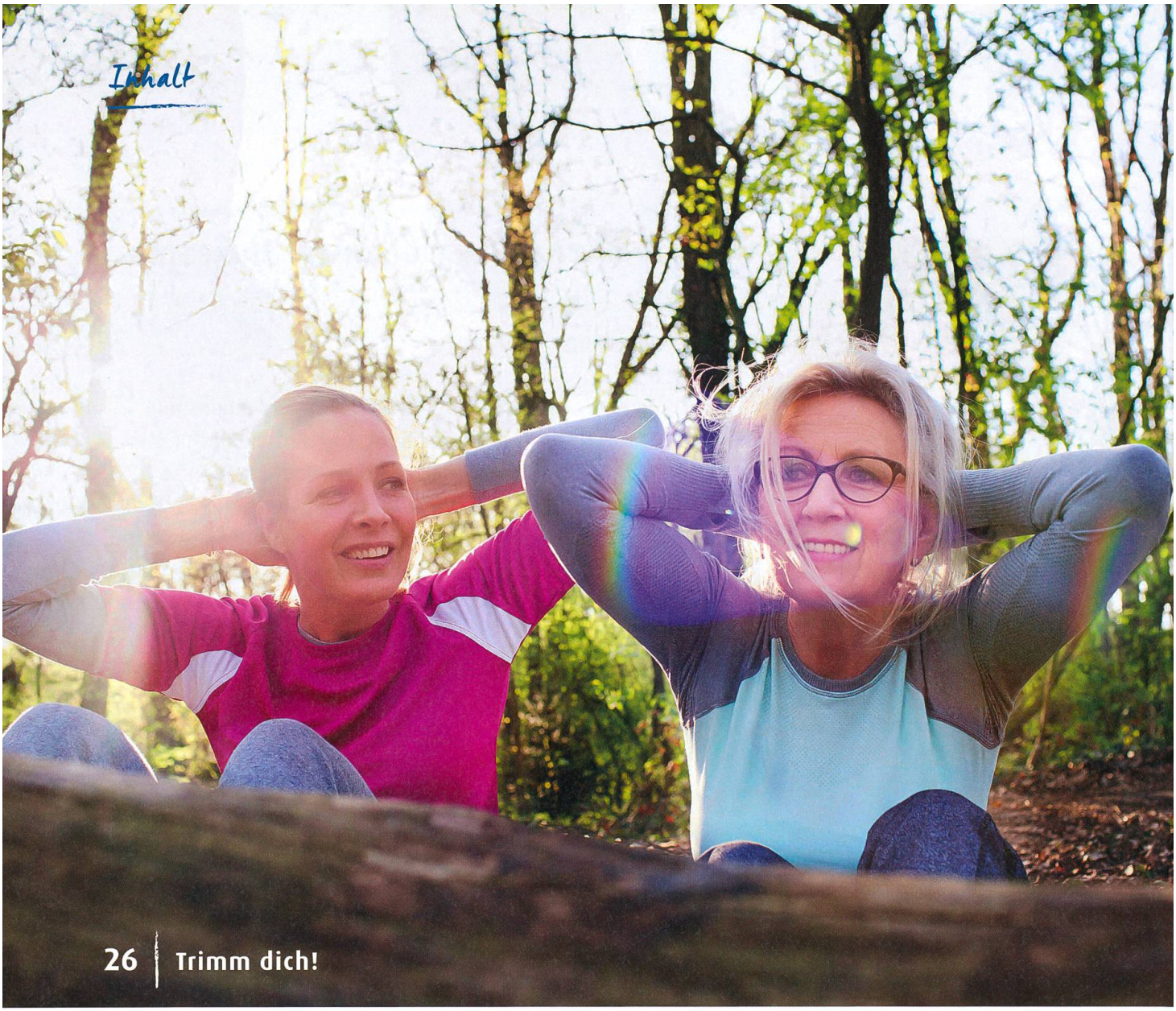
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch



Inhalt

26 | Trimm dich!

Mai 2020

10 Blauer Fleck – was nun?

Ob beim Sport, Hausputz oder bei der Gartenarbeit: Einen unschönen Bluterguss hat man sich schnell mal zugezogen. Wie man anschliessend richtig reagiert, was die Natur zur Linderung bereithält und wann es ratsam ist, einen Arzt aufzusuchen. — **Naturheilkunde & Medizin**

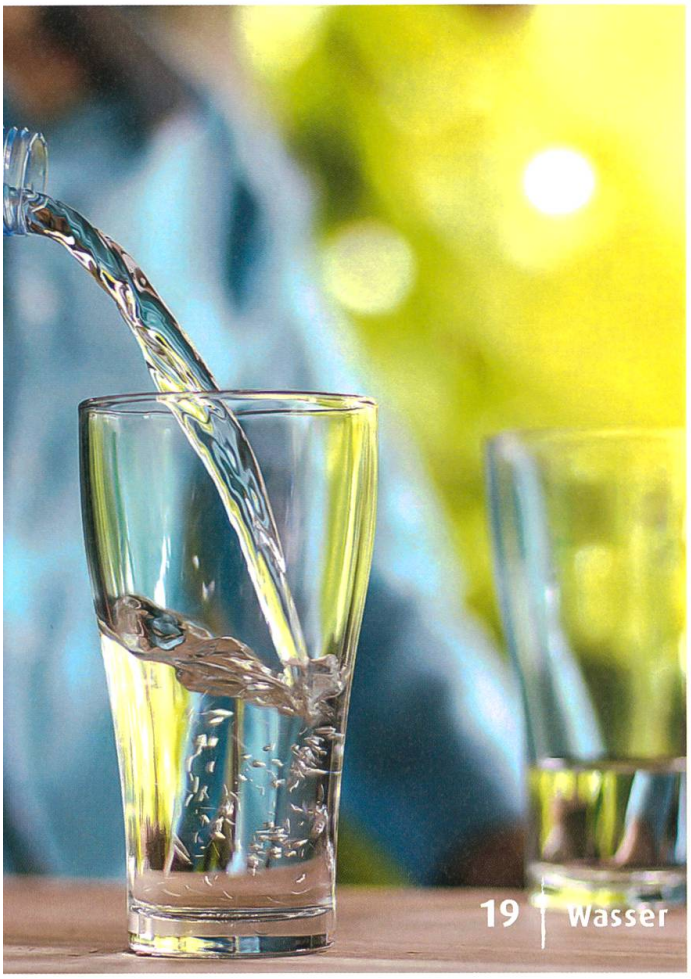
14 Allergie behandeln

In der Behandlung von Allergien gilt die Hyposensibilisierung als Goldstandard. Auf Hochtouren wird allerdings auch an neuen Ansätzen für Therapie und Prävention geforscht. Wir stellen einige davon vor und betrachten z.B. die Wirkung von Probiotika auf Allergien. — **Naturheilkunde & Medizin**

Rubriken

6 **Fakten & Tipps**
6 **Buchtipp**
31 **Leserforum**
37 **Vorschau/Impressum**
38 **Leber-Ratgeber**

Inhalt



Köstlich zum Nachkochen
Neue Rezepte von
Assata Walter

19 Welches Wasser ...?

Hahnenwasser, Mineralwasser, Heilwasser: Was ist denn nun gut für die Gesundheit? Wir klären, wie es um die jeweilige Qualität bestellt ist und was drin steckt in den unterschiedlichen Wässern.
— **Ernährung & Genuss**

22 Blütenpracht im Mai

Früher Heilmittel, heute einfach eine tolle Augenweide: Wir betrachten die Pfingstrose mal genauer und tauchen ein in eine Blütenwelt vielfältigster Formen und Farben. — **Umwelt & Natur**

26 Fitnessstudio im Wald

Liegestütz, Slalomlauf, Froschsprung und mehr: Vitaparcours bzw. Trimm-dich-Pfade sind aktueller denn je und eine gute Möglichkeit, sich beschwingt fit zu halten. Gratis Frischluftzufuhr inklusive.
— **Lebensfreude & Wellness**

30 Frischer Auftritt ...

Alfred Vogels Standardwerk «Der kleine Doktor» kommt in einer schmucken Neuausgabe heraus und das gleich in fünf Sprachen. — **A.Vogel spezial**