Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **80 (2023)**

Heft 4

PDF erstellt am: **31.05.2024**

**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

10 | Erschöpfender Gehirnnebel

# April 2023


## 10 Long Covid

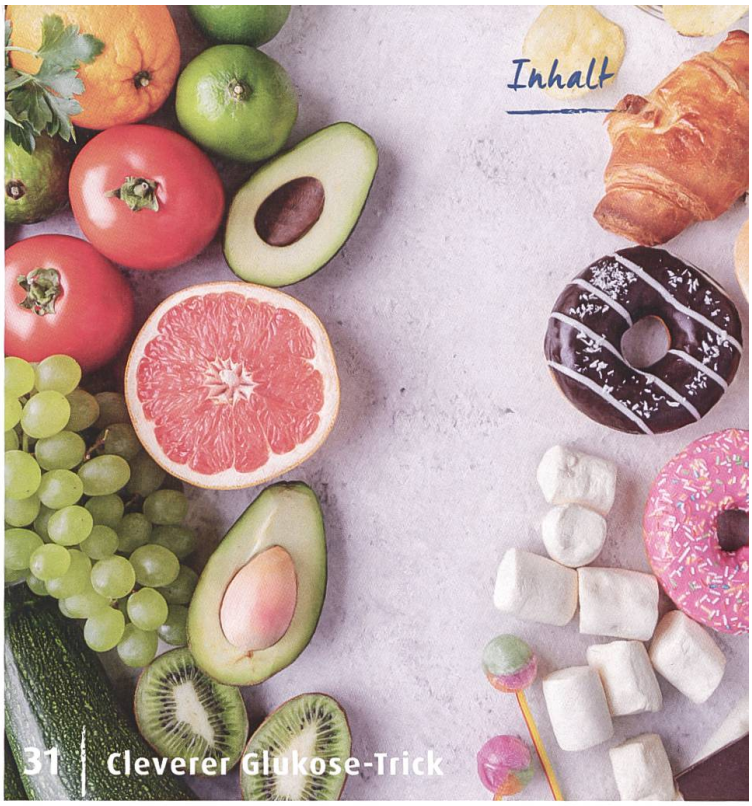
Von «Gehirnnebel» berichten Betroffene, von totaler Erschöpfung: Typisch für Long Covid! Was geschieht da im Körper, was kann man dagegen unternehmen? Die Forschung beginnt gerade erst zu verstehen, welche Prozesse hinter der Symptomatik stecken. **— Naturheilkunde & Medizin**

## 14 Was kann Chlorophyll?

Derzeit wird Chlorophyllwasser als Kick für die Gesundheit gepriesen. Der Pflanzenstoff hat Potenzial. Doch allzu hoch sollte man die Erwartungen nicht stecken. Ein Blick auf die wissenschaftlichen Fakten rund um den grünen Pflanzenstoff. **— Naturheilkunde & Medizin**

## Rubriken

6 Fakten & Tipps
6 Buchtipp
34 Lesergalerie
37 Vorschau/Impressum
38 Konsum & Lebensstil
39 Markt & Info



**Köstlich zum Nachkochen**
Feine Rezepte von Georg Reuter


## 18 Wertvolle Brummer
Den wilden Verwandten geht es ebenso schlecht wie der Honigbiene. Warum das so ist, was sich verbessern muss und wie man den überaus wichtigen Bestäubern im eigenen Garten helfen kann. — **Natur & Umwelt**

## 22 Harnstoff
Urea unterstützt die Haut bei der Feuchtigkeitsversorgung. Was man über den Stoff sowie gängige Medizin- und Kosmetikprodukte wissen sollte. — **Naturheilkunde & Medizin**

## 26 Lebendige Nahrung
Sind die landwirtschaftlichen Böden tatsächlich so ausgelaugt, dass Gemüse und Getreide keine optimale Nährstoffdichte mehr aufweisen? Ein Blick auf den Acker. — **Ernährung & Genuss**

## 31 Blutzuckerspiegel
Ob der Blutzuckerspiegel rapide ansteigt, ist nicht zuletzt eine Frage der Nahrungsreihenfolge. Mit dem «Glukose-Trick» lässt sich sehr gut gegensteuern. — **Naturheilkunde & Medizin**