

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 39 (1982)
Heft: 12

Register: Alphabetisches Sachregister des Jahrgangs 1982

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

verkräften. Sogar ein Sportler weiss genau, dass er nach einer Ruhepause von wenigen Wochen erst wieder langsam trainieren muss, wenn er nichts verderben will. Besonders an kalten Tagen muss man die Muskeln zuerst erwärmen, sonst kommt es sehr leicht zu Muskelrissen. Vor allem Skifahrer sind in dieser Hinsicht gefährdet, wenn sie lange am Lift stehen müssen und mit kalten, steifen Gliedern abfahren. Vor einer Abfahrt sollte man sich in einer Hütte erwärmen oder die durchgefrorenen Gli-

der durch Bewegung lockern. Je älter ein Mensch ist, desto mehr benötigt er einen langsamen Anlauf bei einer physischen Anstrengung, sonst leidet der Körper auch dann, wenn man ihm direkt nichts anmerkt.

Das beste und natürlichste für uns Menschen ist ein vernünftiges Verhältnis zwischen geistiger und physischer Tätigkeit. Und gerade dies ist im heutigen, technischen Maschinenzeitalter so schwer einzuhalten!

Herzlichen Dank

Anlässlich der Vollendung meines 80. Lebensjahres habe ich so viele Zuschriften aus dem In- und Ausland bekommen. All die lieben Freunde und Bekannten mögen es mir nicht übelnehmen, wenn ich nicht jedem einzelnen danken konnte. Ich möchte hiermit all dieses liebe Gedenken und die guten Wünsche verdanken. Ich

hoffe, solange mir Gott noch die Gnade schenkt, in Gesundheit weiterzuwirken, dass ich noch viel Gutes tun kann, und dass ich mein Erfahrungsgut sowohl in den «Gesundheits-Nachrichten» wie in meinen Büchern noch niederlegen kann, zum Wohle vieler.

A. Vogel

Alphabetisches Sachregister des Jahrganges 1982

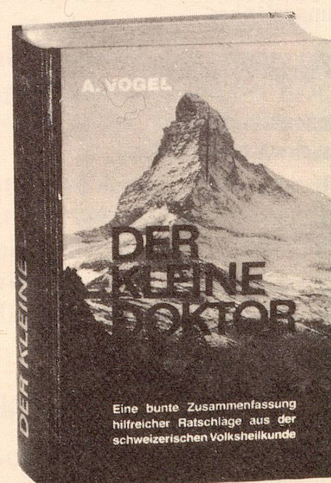
Bezeichnung	Seiten	Bronchien	
Allergien	27	— Geräusche	19
Altern, Altersbeschwerden	88	— chronische Leiden	137
Angina	2, 19	Bronchialkatarrh	19
Aphthen (Mundpilz)	121	Brustfellentzündung	136
Apoplexie	59	Cholesterinspiegel	
Arteriosklerose (Arterienverkalkung)	46, 156, 158	— zu hoher	39
Arthritis	4, 22, 25, 58, 116	Darmgase	10
— eiweissfreie Diät	116	— Störungen	42, 43, 79
Arthrose	14	Diät, eiweissfreie	116
Asthma	18	Drogensucht (Haschisch)	124
Atmungsorgane		Durchblutung	21
— Erkrankung	2	Durchfall	10, 79
Atmen (Heileffekte)	82	Durstlöschen bei fieberhaften Erkrankungen	152
Avitaminose	20, 123, 154	Dysbakterie	10, 152
Basen/Säure-Gleichgewicht	26	Eisenmangel	24
Beriberikrankheit	141, 144, 154	Ekzeme (Psoriasis)	166
Betagte		Entzündungen	
— einseitige Ernährung	24	— vorbeugen	153
Blähungen, Darmgase	10	Erkältung	34, 185
Blutarmut	60	Fastenkuren	55
Blutdruck		Fettleibigkeit	60
— zu hoch	46, 59, 120, 156, 158, 175	Flüssigkeitsbedarf	91, 184
Blutungen			
— im Darm/Harnorganen	10, 11		
— bei Schwangerschaft	87		

Fraktur (Knochenbrüche)		Leberschädigung	39, 80
— des Sprunggelenkes	14	Leberunterfunktion	40
Fusspflege	176	Leberkrebs	77
Fusspilz (Nagelpilz, Hautpilz)	121, 176	Leukämie	61
Gallenblasenentzündung	136	Lungenentzündung	136
Gedächtnisschwäche (im Alter)	90	Lungenkrebs	29
Gelbsucht	39, 136	Lymphdrüsen	
Gelosen	58	— mangelnde Tätigkeit	5
Gewebswucherungen	73	— druckempfindlich	2, 5
Gicht	25	Lymphatische Kinder	109
— Knoten	73	Magengeschwüre	4, 37, 57, 71
Halsentzündungen	5	Magenstörungen	42
Hämorrhoiden	4, 165	Magenkrebs	71
Harnorgane, Störungen	73	Magnesiummangel	59
Hautausschläge, ekzemartige	28	Malaria	138
Hautbrennen, -beissen		Mangelkrankheit	
— allergisch	28	(s. auch Avitaminose)	23, 154
Herz anregen	85, 114	Mangelscheinung	2, 34
— stärken	90, 114	Migräne	40
— -krämpfe, -schmerzen	114	Morgenmüdigkeit	61
— -schwäche	114	Multiple Sklerose	79
— Gefahr bei Digitalisanwendung	114	Mundgeschwüre	79
— Akupunktur regt an	115	Muskelrheuma	136
Herzinfarkt	46, 74	Muskelriss	136
— Voraussetzung dazu	23, 59	Myome	73
Herzleiden		Nachtblindheit	57
— Vorsicht bei Kuren	74	Narbenschmerzen	
Herztod	74	— von Operationen/Unfällen	136
Hirnschlag	59	— von Brustfell/Lungenentzündung	136
Hormonpräparate	85	Narkotikasüchtige	
Husten	5, 185	— beruhigen	18
Infektionen	153	Naschsucht	53
Infektionsbereitschaft	2, 19	Nasenschleimhaut	
Kaliummangel	46, 59	— empfindlich, allergisch	28
Kalkmangel	2, 23, 63	Nerven	
Katarrh	2, 34, 60	— stärken	13
Kleinkind		— beruhigen	18
— Gewichtsprobleme	30	Nervenentzündung	136, 153, 154
Knochenbrüche (s. Fraktur)		Nervöse Säuglinge	18
Knochenhaut		Nieren anregen	25, 84
— Verletzung	15	Nierensteine, -griess	124
Kopfweh (s. Verkrampfungen)		Offene Beine	4
Körpertraining	189	Operationsnarben	136
Körperzellen		Parasiteninfektion	77
— werden asozial (Krebszellen)	103	Periodenschmerzen	
Krampfadern	4	(s. Verkrampfungen)	
Krämpfe		Quetschungen	63
— durch Zähne bei Säuglingen	18	Rauchen	74
Krätze-Milbe	166	— Rauchbedürfnis	12
Krebs	8	Regenerationsfähigkeit	22
— Gebrauch von Fetten und Ölen	28, 38, 39, 43, 61	Rheuma	22, 25, 35, 36, 58, 116, 134
— erzeugen oder auflösen	117		
Krebsgeschwulste	73		
— der Leber, des Darmes	122		

Rheumaartige Leiden	73
— eiweissfreie Diät	116, 135
Säuren binden (durch Regen in Nahrung)	134
Schilddrüse	84
Schneebblindheit	75
Schwangerschaft	85
Singen (Heileffekte)	82
Sodbrennen	4, 62
Sonnenbrand	76, 136
Spasmen (s. a. Verkrampfungen)	40
Sprue (Tropenkrankheit)	79
Stauungen, venöse	4
Stühle, graue	80
Thrombosen	4
Tuberkulose	38, 50, 77
Übelkeit	10
Umweltgifte, Schädigungen	105
Unfälle	
— vermeidbare	6
Venenentzündung	10
Vergiftungen	165
— Pilze, Pflanzen, Beeren, Kakteen,	
Disteln, nässende Ekzeme daraus	165, 166
Verkrampfungen im Körper	11
— Perioden-/Kopfschmerzen	11, 40
Verschüttung	63
Verstopfung	
— spastische	4, 5
— chronische	26
Vitamine	
— Mangel	5, 63
Wasserbehandlung	20
Würmer (Darmparasiten)	122
Xerophthalmie	57
Zahnkaries	2
Zellen, Aufbau	23
Zellwucherungen	73
Zuckerkrankheit	51, 60

Berichtigung

Im Artikel «Dr. h.c. Alfred Vogel 80jährig» von Herrn Hans Jurt, Gemeindeverwalter, Aesch BL, hat sich leider ein kleiner Irrtum eingeschlichen. Die nachmalige Gattin, Frau S. Vogel, war nie Angestellte, sondern immer ideelle Mitarbeiterin. Als frühere Lehrerin hatte sie Freude an der schriftstellerischen Zusammenarbeit und grosses Verständnis für meine Ideen.



Das grosse Familienbuch mit den vielen wertvollen Ratschlägen für die Gesundheit der Menschen

Die Auflage von über einer Million in elf Sprachen spricht für sich selbst. Ein stiller Bestseller, der aus der Praxis für die Praxis geschrieben worden ist. Für alle, die gesund leben und gesund bleiben wollen. Und auch für alle, die Hilfe suchen und Hilfe brauchen – bietet dieses Buch die besten Voraussetzungen. Nutzen Sie diese in Ihrem eigenen Interesse.

816 Seiten Inhalt, 32 Farbtafeln, Kunstledereinband mit cellophanierten Überzügen. Format 12,5 × 20 cm.

Preis: Fr. 43.50
zuzüglich Versandkosten

Dieses Buch ist eines der schönsten Geschenke, die Sie machen können.

Zu beziehen bei
Verlag A. Vogel GmbH, 9053 Teufen