

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 44 (1987)  
**Heft:** 12

**Register:** Alphabetisches Sachregister des Jahrganges 1987

### **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:** 11.01.2026

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



## Alphabetisches Sachregister des Jahrganges 1987

Siehe auch die Inhaltsverzeichnisse zu Beginn jeder Ausgabe

Bezeichnung	Seite		
Abwehrkräfte		Bergtouren, Risiken	18
- Stärkung	37	Bettnässen	157
AIDS		Blasentumor	185
- Heilungsaussichten?	19, 107, 126	Blut	
Akupunktur	5	- Reinigung nach Vergiftungen	9
Alkoholproblem	150	- Bisswunden, Eiterungen	9
Allergien		- Senkung und pH-Wert	22, 125
- auf Meerschweinchen	14	- Blutdruck, erhöhter	50
- auf Graspollen	14, 17	- Schlaganfallgefahr vorbeugen	50
- auf Tierhaare	14	- Transfusionen	78
- auf Sonnenstrahlen	63, 144	- Hypertoniker (Gefahren)	106
- Heuschnupfen	66, 75	- Blutverdünnung mit Kerbelkraut (Cerefolium)	132
- Trockenschnupfen	77, 78	Brustknoten	79
Alter		Bypass-Operation	2
- Körper umstellen im Alter	50	Chemie	
- Schlaganfallgefahr vorbeugen	50	- Missbrauch chemischer Medikamente	36
- Einschlafschwierigkeiten	51	- Phytotherapie statt Chemie	36
- Jungerhaltende Pflanzen	50	Darmstörungen	174
- Gefahr: Föhn, Sturmtief	68	Depressionen	28
- Thromboseneigung, Infarkte	69	- Johanniskraut hilft (Hypericum)	146
- Lungenentzündungen, Erkältungen	69	Diabetes (Zuckerkrankheit)	6, 125
- Operationen bei extremer Wetterlage	69	- Rohkaffee-Tee	7, 29, 125
- Reflexzonen-Massage regt an	79	- Übergewicht, Ernährung	87, 175
- Diät- und Naturmittel	159	- Einfluss des Alkohols	150
Angina	62	- Buchhinweis	175
Angina pectoris	94	Diät	7, 159
Antibiotika		- salzfreie	25
- für Schnellbehandlung	30	- Gewichtsabnahme	92
- auch ohne Antibiotika helfen	43	Durchfall (Diarrhöe)	
- Meerrettich = harmloses Antibiotikum	118	- bei Kleinkindern	44
Aphthen	12	- Reisedurchfall	98
Apiforce (Blütenpollen)	12	Echinacea	31, 77
Arteriosklerose	39	- Crème	13
- ist Kalzium schuld daran?	163	- vielseitige Anwendungen	61
Arthritis, Polyarthritis	5, 44	Einreibemittel	
Arthrose	172	- nicht immer harmlos (Hormone)	82
Atem	26	Eiterungen, chronische	9
- Gesundheitssport	26	Eiweiss	
- Atmungstechnik	26	- aus Pflanzen und Milch	45, 90
- Durchlüftung der Räume	27	- Quantum nicht überschreiten	45
Atemwege		- bevorzugte Eiweisse	50
- Bronchialkatarrh/-asthma	9	- Eiweiss-speicherkrankheit	106, 149
- Bronchitis	61	Entsäuerung (Asche)	154
- Lungenentzündungen vermeiden	69	Entspannung	139, 154
- Kalkmangel schwächt Widerstandskraft	162	Elektrische Spannungsfelder	68
- Meeresklima (Bronchien)	183	Entzündungen (Echinacea)	61
Augen		Epilepsie	23
- hoher Druck, Sehstörungen	47	Erfrierungen	13
- Nachtblindheit	134	- der Beine	47
Bänderzerrung (Erste Hilfe)	185	Erkältung	61, 165, 174
Bauchspeicheldrüse	6	- chronische	31
- Alkoholeinfluss	150	- vorbeugen	134, 135
Beine, offene	91	- warme Fussbäder	165



Ernährung		Fasten	
- Überernährung	2	- Saftfasten	3, 23, 155
- eiweissarme Rohkostkur	5	- als Heilmethode	23
- Löwenzahn	7	- Arzt beiziehen (Herz)	24
- Avitaminose	9	- bei Krebs	24
- Zellulosemangel	10	- mit Äpfeln	116
- Weissmehl/Weisszucker	10	- mit Tee	153
- basenüberschüssige	20, 150	Füsse	
- Ernährungstherapie	31	- Reflexpunkte	84
- Beobachtungen bei Naturvölkern	35	- Barfusslaufen = Massage	84
- Eiweiss	35	- kalte Füsse, Erkältungen	165
- pflanzliche Nahrung	35	- Fussbäder, warme, als Vorbeugung	165
- Frühlingsgemüse	38, 39	Galle	
- pflanzliche Nahrung ist basenüberschüssig	40	- Produktion anregen	8
- pflanzliche Eiweisslieferanten (Soja)	45	- Gallensteine	9, 157
- Milcheiweiss	45	- Ölkur	139
- Kalklieferant Gemüse	45	- Kolik	157
- Jungerhaltende Pflanzen	50	- Gallenblase reinigen (Berberitze)	170
- bevorzugte Eiweisse	50	Gangrän	86
- faserstoffreiche Ernährung verhindert Krebs	56	Ganzheitsprinzip der Pflanze	9
- synthetische/natürliche Vitamine	57	Gedächtnisschwäche	29
- Süssigkeitsbedarf decken	57	Gehirn	
- säureüberschüssige Ernährung (Nierensteine)	59	- Verletzungen	58
- biologisch gezogene Nahrung ist gesünder	66	- Durchblutungsstörungen	143
- basenüberschüssiges Gemüse	66	- Erschütterungen, nicht ungefährlich	148
- Schadstoffe	66	Geistige Werte	37
- Karotten/Mohrrüben, Lagerung	67	Geistige Leistungsfähigkeit beeinträchtigt	
- Randen, rote Beete, Aussaat	68	(Kalkmangel)	164
- saure Früchte (Basenüberschuss)	69, 70	Gewichtsprobleme	114
- nur reife Früchte geniessen	70	- gefährliche Abmagerungskuren	115
- Früchte - Unverträglichkeit	71	- Kalorientabelle	116
- Vollwertnahrung (Spurenelemente)	71	- Regulierung	155
- Übersäuerung durch Fleisch	73	- Buchhinweis	175
- Pflanzen = Vitalstofflieferanten	74	Ginkgo biloba (Ginkgobaum)	28
- faserreiche Ernährung bei Diabetes	88	- gegen Vergesslichkeit	63
- «Naturküche» (Buchbesprechung)	90	- bei Gefässerengung	93
- auf Reisen und Wanderungen	92	Gürtelrose	43, 128
- Wirrwarr der Theorien	100	Hämorrhoiden	110
- makrobiotische Ernährung	101	Harnwege - reinigen mit Berberitze	170
- Kohlenhydrat-Getreidenahrung	102	Hausapotheke	140
- Eiweissprodukte	103	Haut	
- Karotten/Mohrrüben	132	- Psoriasis, Ekzeme, Krebs	25, 26, 30, 141, 171, 180, 182, 186
- kalk- und vitalstoffreiche (Erkältung)	134	- Juckreiz (nach Hormonanwendung)	82
- Eiweisspeicherkrankheit	149	- Unreinheiten, Schorf	140
- Kalkmangel (weisser Zucker)	162	- Schuppen, Talgdrüsen	156
- basenreiche Ernährung	171	- Veränderungen	158
Erschöpfung, Gefahren	138	- Wirkung des Meersalzes	182
- Übermüdigungserscheinungen bei Kalkmangel	164	- nachfetten am Meer	183
Essen		- Herpes (Bläschen)	186
- Essensgewohnheiten	3, 50, 56	- Warzen	13, 74
- «Fletchern»	36, 166	Heilpflanzen	
- gutes Kauen (Rheuma)	40, 70, 90, 117	- Buchbesprechung	105
- ruhige Atmosphäre	55, 101	- wie sie wirken	146
- nur reife Früchte geniessen	70	- Erfahrungen	186
- Diabetiker in Gesellschaft	89	Herz	
- Einspeicheln bei Rohkost	137, 167	- koronare Krankheit	2
- Durchspeicheln	154	- Herztonikum	18, 43, 51



- Angina pectoris	94	- Frühdiagnose möglich?	21
- nervöse Störungen	95	- Therapie: Mistel und Petasites	23
- Rhythmusstörungen	123	- Fastendiät	24
- Kreislauf (Weissdorn)	146, 155	- Leberschaden und Eiweissüberfütterung	25
Heuschnupfen	66, 75	- Hautkrebs	25, 26
Homöopathie	10	- Zellulose in der Krebsprophylaxe	56
- Heilerfolge	11	- anticancerogen wirkende Spurenelemente	71
- anstelle von Hormonen	82	- Früherkennung	103
Hormone (Gefahren)	82	- verdächtiger pH-Wert	105
Husten		- Unterleibs-, Bronchial-, Hautkrebs	124, 157
- trockener, mit zähem Auswurf	174	- Heilung mit Tee (Südamerika)	152
Immunsystem		- Hautkrebs durch Sonnenbestrahlung	180
- Stärkung durch Heilkräuter	20	- äusserliche Anwendung mit Heilpflanzen	180
Infektionen		Kreislauf	
- an Fingern	157	- Störungen	18
- Mangel an Widerstand gegen Krankheiten	162	- anregen	27
Innere Verletzungen		- Durchblutungsstörungen	28
- Unfälle	183	- Krampfadern	29
- Nierenriss	184	- Schlaganfallgefahr vorbeugen	50
Johannisöl	14	- erhöhter Blutdruck	50
Kaffee		- Thrombosen, Infarkte vorbeugen	69, 77
- mässiger Genuss regt an	118	- Gefässverengung	93
Kalk		- Angina pectoris	94
- Präparat mit Brennesseln	38, 164	- Venenprobleme	158
- Gemüse	45	- warme Fussbäder regen an	166
- bei Knochenbrüchen	123	Kropf (Kalkmangel)	47
- Mangel	162	Lachesis	76, 77
- biologisches Präparat	165	Lebensgewohnheiten	
Kalorientabelle	116	- schädigende meiden	30
Keimdrüsen anregen	134	- Nikotin	35
Kinder		- Alkohol	36
- geduldig anleiten,		Leber	
Interesse, Talente fördern	85	- Nachlassen der Funktion	21
- Kalkmangelerscheinungen	162	- Pflege	36
- Kleidung	136	- Diät mit Biocarotin	134
Kleidung		- Alkoholeinfluss	150
- dem Klima angepasste	134	- Reinigung mit Berberitze	170
- Gesundheits-Unterwäsche	135	Magen	
- für Kinder	136	- Geschwüre	55
Klimakterium		- Brennen	173
- verfrüht	78	Massagen	
- Regelstörungen	79	- Fussreflexzonen-Massage	5, 79, 82
Knoblauch		- chinesische Akupunktur	5
- Geriatrikum	119	Medizin - risikofreie	147
Knochen		Meer	
- Osteoporose	123	- Meerwasser, Wirkung	182
Kopfweh	28	- Meersalz	182
Körperreserven		- Meeresklima	183
- mobilisieren	127	- Austrocknung der Haut	183
- Abwehr, positive Einstellung	151	Meerrettich	
Krampfadern	29, 157	- harmloses Antibiotikum	118
Krampfstörungen		- Unterstützung in Krebstherapie	119
- gefördert durch Kalkmangel	164	- Geriatrikum	119
Krebs	3	- äusserliche Anwendungen	119
- sogenannte hoffnungslose Fälle	3	Meisterwurz (Imperatoria)	8
- unterstützende Massnahmen	4	Menstruation	
- Gehirntumor	5	- Unregelmässigkeiten	79
		Milz	9



Mistel (Viscum album)	22	Sauerdornbeeren (Berberitze)	170
- mit Petasites (Krebstherapie)	23	Sauerstoff	4
Molke (Molkosan)		Sauna	150
- durststillendes Getränk	7	Schilddrüsen	
- für Diabetiker	89	- Anregung	124, 183
- als Heilmittel	91	Schlaf	
- bei Hämorrhoiden	110	- Ratschläge für besseren Schlaf	117
- bei Ekzem, Hautkrebs	111, 187	- Einschlafschwierigkeiten	50, 51
- Erkältungen, Katarrhen	111	Schlangenbiss (Lachesis)	76
- vereiterte Mandeln	111	Schmerzen, Spasmen	4
Mund		- Gliederschmerzen	186
- übler Geruch	9	- bei offenen Wunden	186
- Geschwüre (Aphthen)	12	Schwindelanfälle	29
- Blasen	95	Sexualschwäche, Impotenz	134
Muskeln		Spilanthes	12, 186
- Muskelriss, Warmlaufen	26, 27	Spurenelemente	
- Kleidung	27	- anticancerogen wirkende	71
Myom-Knoten	77	Stoffwechsel	
		- träger Stoffwechsel	117
Nachtblindheit	134	- Sauna regt an	150
Narben=Störfelder	181	Storchenschnabel	
- Reflexzonenmassage	181	- allerlei Hautunreinheiten, Ekzeme, Schorf	140
- Pflege der Narben	181		
Nerven		Talgdrüsen	
- Beruhigung	4	- Überfunktion (Seborrhöe)	156
Nieren		Tiere	
- im Alter pflegen	51	- Hunde, Zeckenbefall	14
- Nierensteine, Alternative zur Operation	59	- Funktionsstörungen	15
- Tätigkeit anregen	38, 155	- Hunde vegetarisch ernähren	72
- Nierengriess, Nierensteine	170	- Pflanzenheilmittel bei Tieren	141, 171
- Nierenschmerzen	172	Tuberkulose	
Nikotin	2, 35	- Hauttuberkulose	25
Operationen		Übersäuerung	
- bei extremer Wetterlage meiden	69	- Laugenrezept	4
Phytotherapie=Pflanzenheilkunde		Vegetarier	
- statt Chemie	36	- sind sie aggressiver?	73
- Brennesseln, Bärlauch, Löwenzahn	38, 39	- «Pudding-Vegetarier»	74
- Pflanzenheilmittel	173	Venenprobleme	158
Prellungen, Quetschungen	42, 124	Vitamine	
Prostata	15, 38, 51, 124, 127, 186	- synthetische/natürliche	57
Psychotherapie	58	- Mangel	57
Regenerationskraft anregen	4, 51, 151	Wallungen	28
Reis		Wanderungen	
- Naturreis glutenfrei	109	- Vorsorgen, Schlangenbiss	77
- Bereitung im Mixer	109	- Vollwertnahrung	92
Reisen		Warzen	13, 74
- Durchfall	98	Wetterfühligkeit	13
- Flüssigkeitsmangel meiden	184		
- Hochgebirge	184	Zähne	144
Reiztherapie		- Zahnfleischentzündung	43, 160, 174
- chinesische und eigene	86	- tote Zähne als Streuherde	44
- milde Ableitungen	87	- Granulome	44
Rheuma	5, 39, 173	- Amalgam-Zahnfüllungen (Allergien)	46, 47
- Nierentätigkeit anregen	38	- widerstandsfähiger mit Carotin	133
Rohkaffee-Tee	7, 89, 125	- Kalk wichtig im Alter	163
- als Vorbeugung	29	Zucker	
Rohkost		- weisser, ein Kalkräuber	162
- Verträglichkeit	137		
- richtige Esstechnik, Gefahren	167		
- entlastet Leber und Nieren	187		