

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 45 (1988)

Heft: 12

Register: Alphabetisches Sachregister des Jahrganges 1988

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: 07.02.2026

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

Alphabetisches Sachregister des Jahrganges 1988

Siehe auch die Inhaltsverzeichnisse zu Beginn jeder Ausgabe

Bezeichnung	Seite	
Afterjucken	15	- Ginseng (russischer) regelt Blutdruck 72
Alkohol	14	- Eiweissüberfütterung erhöht Blutdruck 85, 123
- bei Medikamenteinnahme	10	- hoher Blutdruck (Hypertonie) 92, 106, 108
- Molke bei Überkonsum	41	- tiefer Blutdruck (Hypotonie) 143
- russischer Ginseng bei Überkonsum	71	Blutkreislauf anregen 107
Allergie	25	Blutverdünnung 69
- auf Gluten (Zöliakie, Hertersche Krankheit)	11, 12, 26, 120	- Blutungsgefahr 69
- Milchschorf (Urticaria)	26	Blutzirkulation 162
- auf Kuhmilch	34, 44	- gute, gegen kalte Füsse 101
- auf Formaldehyd (Baumaterial)	149	- Durchblutungsstörungen im Kopf 106
Ältere Personen	39, 43	Brennessel 102
- Mineralstoffdefizit	4	Brot: Vollkornbrot, Vorteile 98, 184
- Alterserscheinungen (Gefäße)	60	Chemie
- Altersflecken	76	- Rückstände schädigen den Organismus 104
- Bewegungsarmut	123	Cholesterinspiegel 41
- sollen auf Wasserhaushalt achten	140	Darmleiden 37, 46
- Gefahren beim Langlaufsport	169	- Gase, Gärungen, Durchfälle 38, 41, 74, 174
Angina (Mandelenzündung)	187	- Darmflora pflegen 102
Angina pectoris (Coronarsklerose)	108, 159	- Polypen im Dickdarm 111
Arterienverkalkung (Arteriosklerose)	41, 72	- Entzündungen im Dickdarm 154
- Eiweissüberfütterung begünstigt A.	85	- Darmschleimhäute pflegen 156
- duschen oder baden, warm oder kalt	164	- Dickdarmentzündung (Colitis) 158
Arthritis	23, 36, 41, 105, 186	Depressionen 2, 126, 144, 154
Arthrose	15, 76, 172	Diabetes (Zuckerkrankheit)
Arzneimittel		- Rohkaffee-Tee 13, 71, 155, 158
- gefährlich im Straßenverkehr	10	- Netzhautgefäßveränderungen 46
- Alkoholgenuss meiden	10	- Taigawurzel bei leichter Diabetes 71
Atem		- Altersdiabetes 155
- Übungen	3	- Wirkung des Löwenzahns 155
- Atmungswege, chronisch erkrankt	78	Diat
- Asthma	79	- Evers-Diat 11
Augen: Gerstenkörner (Hagelkörner)	127	- Molkentrinkkur 36, 46
- Bindehautentzündung	175	- Haferflocken 46
Baden/Duschen	114, 115, 117	- salzarme/salzfreie schont Nieren 84
- entzogenes Hautfett ersetzen	114, 119	- Apflediat 41
- pflanzliche Badewasserzusätze	119	Drüsenschwellungen 103, 168
- Kräuterbäder	135	Durchfall (Disenterie) 38, 74, 148
- Vorsicht am Wasser	138	- Brechdurchfall 29
- Kälte und Wärme, Wechselanwendungen	162	- bei Kleinkindern 11
- Schlenzbäder	163	Echinacea
Bauchspeicheldrüse	102	- Anwendungen 27, 28, 106, 107, 147
- Störungen	38, 71	- Resistenzmittel 78, 186
Bauweise, natürliche	59, 130	- bei Tieren 78
- Formaldehyd-Störungen (Baumaterial)	149	Eiweiss, Eiweissnahrung 118
- Eternit, krebsauslösend	149	- keine am Abend 40
Beine, offene	78, 159	- Gefahren des tierischen Eiweißes 68
- Schwellungen, Stauungen	95	- Eiweissüberfütterung 85
- Kribbeln vor Einschlafen	107	- pflanzliches Eiweiss vorziehen 99
- variköse Geschwüre, schlecht heilende Wunden	156	- Eiweisspeicherkrankheiten 99, 105, 137
Bisswunden	127	- einschränken, Entzündungskur 101, 103
- Tollwutgefahr	157	- begünstigt Krebskrankung 136
- von Hund		- Übersäuerung durch Eiweiss 137
Blase		- Mandeln, hervorragendes Eiweiss 159
- Schmerzen	27	Energiespender 40
- gutartige Gewächse in Blase (Polypen)	111	Entsäuerung, Entschlackung
- Blasensteinen lösen und verhindern	151, 173	- Eiweissnahrung einschränken 101, 103
Blutarmut, Bleichsucht	102, 109, 184	- Säureüberschuss in Nahrung 167
Blutdruck		- Säure binden mit Kalk 180
- senkende Wirkung (Äpfel)	41	Entspannen 116
- Natreis bei erhöhtem Blutdruck	43	Entzündungen, Quetschungen 60, 107
		- Wickel 42

Erkältungen	107, 108, 111, 116, 122, 163	Haut	
Ernährung, Nahrung		- Milchschorf, Ekzeme	10, 26, 34, 36, 44, 76, 114, 115, 118, 142
- Vollwertnahrung	2	- Urticaria	26
- Mineralbedarf decken	9	- Wundsein zwischen Zehen	28
- massive Zusätze schädlich	9	- Hautpilz	29, 92
- denaturierte N. (bei MS)	11	- Warzen	29, 107, 111, 168
- glutenfreie Stärkeprodukte	12, 120	- Nagelpilz	29, 36
- Butterküche - Achtung!	23	- flechtenartige Erscheinungen	34, 42
- erhitzte Fette	24	- Schuppenflechte	36
- anticancerogene N.	50	- Neurodermitis (Kind)	35, 76, 118, 119
- Schaffleisch und -milch	50	- Heilwirkungen über die Haut	41, 162
- bei Vollwertnahrung		- Kosmetika, Badezusätze	42, 115
kein Vitaminmangel	52, 184	- Fusspilz	46, 143
- Folgen denaturierter N.	53, 184, 187	- Meerrettich und Quark (Auflagen)	58
- Vorzüge pflanzlicher E.	69	- Hautkrebs,	
- basenüberschüssige N.		Hautveränderungen beachten	91, 124
vorziehen	101, 104, 167	- Rosazea (Rot- oder Kupferfinnen)	94
- schädliche Gewohnheiten ändern	105	- Naturmittel gegen Pilzbefall	100
- schwere Kost behindert Schlaf	106, 165	- ekzemartige Hautgebilde	107
- Therapie für Hautkrank	119	- rauhe Hände, trockene Fingernägel	111
- Naturreis	126, 184	- entzogenes Hautfett ersetzen	
- kalkhaltige N. mehren	167, 180	(nach Baden/Duschen)	114, 119
- einseitig eiweiss- und fetthaltige N.	170	- trockene Haut	114, 115
- Säuren binden mit Kalk	180	- Hautfunktion anregen	114
Essen: Essenstechnik	2, 73, 100, 121, 152, 174	- Schuppenbildung	115
Fieber: nach starker Höhensonnen (Wanderung)	116	- Hautfunktionsöl	115
- Wadenwickel	187	- Schwitzkuren, türkisches Bad	118
Fleisch: Schweinefleisch schädlich	99	- Seborrhö-Ekzem	142
Fluor	8	- Johanniskraut regt Durchblutung an	153, 154
- in Zwiebeln und Vollgetreide	9	- Ausschläge	156
Füsse		- welche Haut, Alterung	156
- kalte F., Kräuterfussbad	22, 42, 59, 101, 108	- Wärme und Kälte, Heilmethoden	162
- Schuhwerk	22, 101	- Mineralstoffmangel	168
- Hühnerauge (Knoblauchauflage)	78	Heilkräuter	
- Fusspilz	46, 143	- Kerbelkraut, Weissdorn usw.	69, 173
- Barfuß-/Taulaufen	117	- Johanniskraut	153
Galle, Gallensteine	55, 94, 102	- schlaffördernde	165
Garten		- nicht aus gedüngten Wiesen	168
- dem Säureregen entgegenwirken (Kalk)	180	Heilmethoden mit Wärme und Kälte	162
Gedächtnis, Vergesslichkeit	28, 59	Heilmittel, pflanzliche	
Gehörschaden	110	- Dosierung	57
Gelenke: schmerzende Fingergelenke	106	- stärken Abwehrkräfte	152
Gemüse		Herz	56, 117
- aufgewärmtes	38	- Stechen	45
- gesäuertes, Milchsäuregärung	85	- Stärkung der Herzmuskulatur	
- Rezept für Gemüsegärung	86	und -nerven	57, 92
- weniger Schadstoffe im Bio-Gemüse	98	- Angina pectoris	60
- Brennesseln beifügen	102	- stressbedingte Herzkrankgefäß-	
Getreide		Erkrankung	72, 95
- Naturreisdiät, Zubereitung	11, 98, 126	- Herzinfarkt vermeiden	68, 105, 169
- Reismahlzeit	86	- Rhythmusstörungen	125, 168
- Spurenelemente (Naturreis)	121, 183	- duschen oder baden, warm oder kalt	164
Gewichtszunahme	125, 171	- Pulskontrolle beim Sport	170
Ginkgo biloba	28, 43, 45, 46, 59, 72, 107, 110, 171	Hirnblutungen bei Blutverdünnung	69
Ginseng (koreanischer und russischer)	70	Hirntätigkeit	40
Gitterrost (Pilz am Birnbaum)	37	Homöopathie	152
Grippe	107, 175, 187	Honig	20
		- nicht als Bettmümpfeli	6
Halsschmerzen	175	Husten	28, 109, 175
Hämorrhoiden	75, 102	Insektenstiche	93, 147
- Entzündungen innerer Hämorrhoiden	154	- Mücken	93
Hausapotheke	116	- Wespen und Hornissen	93
		Jod	8, 167

Kalk		- Phytotherapie	29
- Kalkspiegel heben	37, 45	- Physikalische Medizin	50
- Brennesselkalk	102, 167, 180, 187	und Rehabilitation	52
- Kalkmangel (Osteoporose)	132	- «Beobachter» 19/87 (Vitaminboom)	52
- Kalkräuber Zucker	132	- Leitfaden für Krebsleidende	77
- Kalklieferanten	133, 180	- Die Bio-Kochschule für unsere Kinder	90
- Säureregen, mit Kalk Säure binden	180	- Schweinefleisch und Gesundheit	99
Kälte, Anwendungen	162	- «Der stumme Frühling»	104
Kartoffel	74	- Bücher über Sport, Alpinismus, Freizeit	155
- Zubereitung	74		
- Vitamin-C-Gehalt bewahren	98		
- Vitamin-C-Träger	98		
Kieferhöhleneiterung/-entzündung	144	Lunge	
Kinder	4, 34	- Lungeneiternzündung	77, 122
- lymphatische	4	- Bronchieninfekte, -katarrhe	78, 115, 122
- Süßigkeitsbedürfnis	10	- Asthma	79
- Kleinkinder, Allergien	11	- Bronchitis bei Kindern	111
- Durchfall bei Kleinkindern	34	Lymphe	
- rachitische	34	- lymphatische Kinder	4
- tuberkulosegefährdete	34	- Lymphsystem stärken	102, 103
- Bronchitis	111	- Lymphdrüsen erkrankt,	
- erste feste Nahrung	118	Vorsicht bei Sonnenbestrahlung	115
- Flüssigkeitsbedarf	139		
Kleidung, dem Klima entsprechend	164	Magen	
Knie: Schleimbeutelentzündung	44	- Leiden, Geschwüre	37, 38, 39, 144
Knoblauch	111	- Magenschleimhäute anregen	37, 156
- Auflagen bei Hühnerauge	78	- saures Aufstossen	38
- Blutdruck senkend	92	- Blutungen bei Blutverdünnung	69
- auf Warzen gebunden	168	- Beschwerden, Krämpfe, Gärungen,	
Knochen	5	Durchfälle, Verstopfungen	74
- Brüche	133, 156	- Sodrennen	94
Kopfweh, Kopfschmerzen	92, 126	Mandeln (s. Angina)	
- hoher Blutdruck?	92	Migräne	41, 110
Körpergewicht reduzieren	87	Milch	35
Körperliche Betätigung	87	- Schafmilch, Ziegenmilch (Ekzeme)	10, 34
Krampfadern	75, 78, 102, 159	- Allergie auf Kuhmilch	34, 44
Krebs	105, 173	- Milchserum, Heilwirkung	36
- Hautkrebs	13, 91	- Soja- und Mandelmilch	44, 118
- bei Rauchern	15, 150	- Schafmilch anticancerogen	50
- anticancerogene Nahrung	50	- Muttermilch	184
- Sauerstoffarmut begünstigt		Molke, Molkosan	35, 58, 59
Krebsdisposition	68	- Anwendungen	27, 29, 147, 187
- Krebs und Tumor auseinanderhalten	84, 160	- Kuren	35
- Früherkennung,		- Herstellung	36
Symptome und Alarmzeichen	88	Multiple Sklerose (MS)	11
- Brennesselkur	103	Mutter, werdende	148
- Präkanzerose geheilt	126	Muttermilch	184
- Prostatakrebsverdacht	135	Narben sind Störfelder	138, 169
- übliche Krebsbehandlung		Nase: Verstopfung	27
und Therapie	135, 136, 137, 150, 151	«Naturgesund»,	
- Krebsnachsorge	160	Fernsehserie und Videokassetten	185
Kreislauf	22	Nerven	3
- anregen	45, 60	- Nervennahrung Ginseng	70
- allgemeine Probleme	143	- vegetative Nervosität	106
- Störungen bei niedrigem Blutdruck	171	- aufregendes Fernsehen	165
- Heilpflanzen für das Gefäßsystem	167	Neuralgie im Gesicht (Trigeminus)	14
Kropf, Jodeinfluss		Neurasthenie	106
Leber	23, 24	Nieren	140
- Pflege	2, 102	- Pflege	2, 13, 22, 60
- Störungen	38, 55, 103	- salzfreie/salzarme Diät	84
- Leberfunktion bei Krebsbehandlung	89	- Eiweißüberfütterung schadet Nieren	85
- Pommes frites belasten die Leber	98	- Ausscheidung anregen	101, 123
Leukämie: Nikotin in Muttermilch	90	- Nierensteine lösen, verhindern	151, 158, 173
verdoppelt Risiko		Ohr	
Literatur (zitiert, empfohlen)	12	- Innerohrkatarrh	28
- Warum Evers-Diät?		- Ohrenschmerzen	93, 143
		Organuhr	141, 187
		Pensionierung, Vereinsamung	86
		Pflanzenheilkunde	83

- Brennessel und Bärlauch (Blutarmut)	102	Stirnhöhlenkatarrh	107, 187
Pflanzenheilmittel	120	Störfelder, Amalgam, Narben	169
Pilze: aufgewärmte	38	Störzonen, geophysikalische	165
Plastikmaterialien (Möbel, Spielzeuge)	165	Stuhl	
Polypen: Nasenpolypen	111	- Durchfall bei Säuglingen	11
Prostata	13, 60, 103, 108, 134	- hell oder grau	23
- Krebsverdacht	135	- Verstopfung	41
- cancerogenes Geschwür	185	Süßstoffe (s. Zucker)	
Rachitis	34	Teufelskralle	54
Rauchen (Nikotin)	8, 54, 92, 108	Tiere	
- Passivrauchen	8, 108, 150	- Heilpflanzen für Tiere	24
- Krebsgefährdung	15, 150	- Echinaforce bei Dackel	78
- Nikotin in der Muttermilch	90	- Hund frisst Wallwurz (Magenkoliken)	157
- Raucherkrebs/-beine	95	- Katzen finden Heilpflanze instinktiv	157
- Bronchial-/Lungen-/Blasenkrebs	150	Tumor und Krebs auseinanderhalten	84, 160
Reis (s. Getreide)		Umweltschutz	178
Reisen		Unfallfolgen	110
- Widerstandskraft erhöhen (Echinaforce)	78	Unterwäsche (Gesundheitswäsche)	42, 122
- Tropenreisen, Gefahren	147	Venen	75, 78
Resistenzmittel: Echinaforce	78, 172, 186	- Beschwerden in den Beinen	95
Rettichsaft, reinigt Galle und Leber	55	Verdauung	
Rheuma	23, 36, 105, 186	- Beschwerden	37
- Apfeldiät	41	- Krämpfe, Gärungen, Verstopfung, Durchfall	74, 174
- Schwitzkuren, Sauna, Wickel	41	- Verdauungs- und Wurmmittel	83
Rücken		Vitamine	
- Schmerzen bei falschem Schuhwerk	22	- Rummel, Überdosierung, Mangel	52
- Schmerzen, Verkrampfungen	61	- natürliche Vitaminpräparate	53
- Kreuzschmerzen	186	- Sauerkraut, Milchsäuregärung erzeugt V.	85
Salz: Konsum reduzieren	84	- Kartoffel (Vitamin C)	74, 98
Sauerstoff	53, 123	- Wirkung erforscht (Vitamin C)	119
- Mangel begünstigt Infarkte und Krebs	68	- Avitaminose, Vitaminmangel	184
Säureüberschuss in Nahrung	167	Vorbeugung	
Schilddrüse	8, 125	- Kerbelkraut verdünnt Blut	69
- Unter- und Überfunktion (Jod)	167	- Weissdorn (Crataegus) pflegt das Herz	69
Schizophrenie: vitaminreiche Nahrung	119	- Ruhrämöben und Lamblieninfektionen	83
Schlaf	40, 105	Wallungen, Hitzewallungen	19, 126
- Einschlafhilfen	106	Wärme, Anwendungen	162
- pflanzliche Mittel	106	Wasserhaushalt im Körper	138
- Aufwachen bei Nacht (Hinweise)	142	Wasserrückstau: Salz und Eiweiss kontrollieren	85
- Störungen und Heilkräuter	165	Wechseljahre der Frau (Klimakterium)	18, 125
Schleimhautentzündung (Ellbogen)	128	Weissfluss, Spülungen	172
Schleimhäute		Wickel, Umschläge, Packungen, Auflagen	
- trockene	19	- Kohlblätter, Rhabarber, Riesenampfer,	
- Aphthen (Mundgeschwüre)	47, 101	Wacholder	41, 159, 186, 187
- Scheide	46	- Eichenrinden-Absud	42
- Herpes labialis	93	- Meerrettich und Quark (Geschwür)	58
Schluckauf	109	- Knoblauch (Hühnerauge)	78
Schnupfen	93, 111, 187	- Zwiebelwickel bei Fieber	116
Schwindelanfälle	45, 59, 92	- Wärme und Kälte	116
- Drehschwindel	110	- Knoblauch auf Warzen	168
Schwitzen	121	- Augentrost-Umschläge	175
Sekundentod	169	- Wadenwickel bei Fieber	187
Sodbrennen	94	Wunden, schlecht heilende nach Unfall	
Sonnenbad: Vorsicht bei Milchschorf/Ekzemen	115	(Kohlauflagen)	186
Sonnenbrand	91	Würzen mit Kräutern	84
- Hautkrebs	91	Zähne	5
- Fieber bei starker Bestrahlung	116	- Süßigkeiten schädlich	5
Sport		- Zahnfleischentzündung	156
- Gesundheitssport	105, 123	- Amalgam als Störfaktor	169
- ältere Sportler, Regeln	123, 170	Zirkulation, Störungen	162
- Bewegungsmangelkrankheit	155	Zucker	
- Langlauf, Risiken, Regeln der Vorsicht	169	- Natursüßigkeiten	45, 99
- Jogging	171	- weisser Zucker = Kalkräuber	132
Spülungen	172	- natürliche Süßstoffe	132, 133
- Kamille, Molke (Weissfluss)	70, 71	- Kleinkindern ungesüßte Getränke geben	139
Stärkungsmittel: Ginseng		- weissen Zucker meiden	184, 187