Editorial

Objekttyp: **Preface**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **53 (1996)**

Heft 2: **Frauen in den Wechseljahren : alt genug, um nicht alles beim Alten zu lassen**

PDF erstellt am: **28.04.2024**

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

App P 365b

INHALT

DER NATUR AUF DER SPUR ... 4

THEMA DES MONATS
Natürliche Behandlungsmethoden während der Wechseljahre 6

ALKOHOLISMUS
Prävention ist besser als Therapie 12

MUNDGERUCH
Übler Atem stösst ab 16

UMFRAGE
Dank Sonnenhut keine Grippe 18

SERIE SPURENELEMENTE
Silizium, Vanadium, Nickel und Molybdän .. 20

DIE PRAKTISCHE SEITE 22

BILD DES MONATS 23

THERAPIE
Angina bei Kindern 24

EXOTISCHE GEWÜRZE
Gewürzinsel Grenada .. 26

AUF DEM SPEISEPLAN
Rosenkohl 32

LESERBRIEFE 33

LESERFORUM
Erfahrungsberichte und Selbsthilfeforum ... 35

GN-LESERREISEN 1996
Zur Kur nach Bad Wörishofen und Inzell 36

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Man kann so oder so reisen: mit dem Finger auf der Landkarte, im Geiste, mit allen fünf Sinnen oder vergeblich. Die Reiselust ist heute grösser denn je, das Reisen an sich aber so verkommen wie noch nie.

Haben Sie sich nicht auch schon überlegt, ob es nicht besser gewesen wäre, den seichten Urlaubsschmöker, das Wiener Schnitzel und den Liegestuhl zuhause im Garten oder auf dem Balkon zu geniessen, anstatt bei schweisstreibenden Temperaturen auf Bali, Mallorca oder der Dominikanischen Republik. Ach richtig, zuhause hätten Sie niemals die netten Zgraggens aus Rüschlikon kennengelernt und sich keinen solariumfreien Sonnenbrand eingehandelt. Liebe Leser, ist das wirklich eine Reise wert?

Mit der ursprünglichen Bedeutung des alten germanischen Wortes hat das nichts mehr zu tun. Reisen bedeutet «Aufbruch», «sich erheben» und eine Erweiterung des eigenen Horizonts, was zwangsläufig neue Erkenntnisse und Erfahrungen mit sich bringt. Kurz, wenn man «als lebendiges Fragezeichen unterwegs» ist wie Alfred Vogel, dann erfährt man viel mehr und kann nicht nur davon zehren, sondern unter Umständen auch innerlich zu neuen Ufern aufbrechen.

Die «Gesundheits-Nachrichten» haben versucht, die «alte Kunst» des Reisens wiederzuentdecken – auf der schönen Gewürzinsel Grenada. Quasi auf A. Vogels Spuren haben wir uns im tropischen Regenwald auf Heilpflanzenexpedition begeben und vieles Unbekannte am eigenen Leib erfahren. Freilich sind wir wie die wenigsten in der glücklichen Lage, uns wie ein Forscher monatelang auf eine Reise vorzubereiten. Deshalb ist es umso wichtiger zu prüfen, wem man sich in den «schönsten Wochen des Jahres» anvertraut. Eine gute Führung vermittelt mehr Eindrücke von Land und Leuten, Flora und Fauna als der schönste Bildband. Der erste Zweck einer Reise ist schliesslich der, etwas dabei zu lernen, um daran zu wachsen. Wenn man sich dagegen erholen möchte, ist eine Kur, die zugleich den Körper auf Vordermann bringt, sinnvoller als jeder Strandurlaub. Erlauben Sie uns deshalb, liebe Leserinnen und Leser, Ihnen in dieser Ausgabe ein paar Anregungen zu geben.

Herzlichst, Ihre Ingrid Schindler