

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 53 (1996)
Heft: 11: Zum Tod von Alfred Vogel : Rückblick auf Leben und Werk

Rubrik: Der Natur auf der Spur

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: 03.05.2026

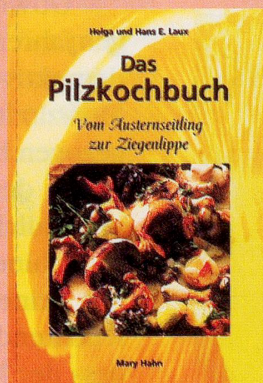
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Austernseitling und Ziegenlippe

Nicht nur Pilze schiessen zuweilen aus dem Boden, sondern auch – jährlich in unterschiedlicher Menge – Pilzkochbücher. Solche für Anfänger befinden sich darunter, solche für Pilzkenner und solche für Besitzer jener hochedel ausgereiften Gaumen, die sich – wie das gurrende Weinkennerhalszäpfchen – nur noch vom Besten des Besten in Entzücken versetzen lassen.

«Das Pilzkochbuch» von Helga und Hans E. Laux richtet sich an die ersten beiden Gruppen und dürfte auch die Gourmets kitzeln. Es enthält Rezepte von A wie Austernseitling bis Z wie Ziegenlippe und hilft Unkundigen mit einführenden «10 Beiträgen zum Thema Pilze» bei den ersten mykologischen Gehversuchen. Da geht es um Kennenlernen, Vorkommen und Wachstum sowie Bestimmung und Nährwert der Pilze. Die Warnung, nur solche Pilze zu verzehren, die man wirklich genau kennt, ist jedem Mykologen bekannt; sie zu wiederholen, kann indessen nicht schaden. Der

kulinarische Teil des Pilzkochbuchs enthält ein Porträt jeder Pilzsorte sowie ein mit Bildern versehenes Rezept (gelegentlich auch mehrere). Hilfreich sind die grafischen Hinweise, ob es sich um vegetarische oder «schnelle» Gerichte handelt. Die Pilz-Rouladen in Rotweinsauce, der Makkaroni-Auflauf mit dem Flockenstielligen Hexenröhrling, die Pilzknödel oder die Pfannkuchen mit Reifpilzen – das Autorenteam Laux serviert in seinem Pilzbuch sehr «anmüchelnd» Bodenständig-Leckeres.



«Das Pilzkochbuch»,
Helga und
Hans E. Laux, 128. S.,
Mary Hahn Verlag,
München,
sFr./ DM 29.50 • CU

Delphinfreundlicher Thunfischkonsum

Thunfische suchen die Nähe von Delphinen. Ganze Delphinschulen werden so z.B. in Mexiko oder Venezuela zusammen mit ihren Thunfischschwärmen gefangen und danach als unbrauchbarer Beifang tot ins Meer geworfen. Delphine und andere Meerestiere sind durch diese unzimperlichen Fangarten unnötig gefährdet. Die «Arbeitsgruppe zum Schutz der Meeressäuger Schweiz» (ASMS) und der WWF Schweiz haben das Schweizer Thunangebot überprüft und ein Infoblatt darüber herausgegeben, welcher Thun aus delphinfreundlichem Fang stammt. Es kann mit einem frankierten Antwortkuvert im Format C5 kostenlos bezogen werden bei: ASMS, Postfach 30, CH 8829 Wädenswil, Tel. CH 01/780 66 88, oder beim WWF Schweiz, «Konsum & Umwelt», 8010 Zürich, Tel. CH 01/297 22 50.

Nebenwirkungen von Antibiotika an erster Stelle

Die Schweizerische Arzneimittel-Nebenwirkungszentrale hat letztes Jahr 1205 Meldungen über unerwünschte Wirkungen von Medikamenten erhalten. Am meisten beanstandet wurden 1995 antimikrobielle Substanzen (Antibiotika), gefolgt von Antidepressiva aus der Gruppe der selektiven Serotonin-Aufnahmehemmer. Die Nebenwirkungen betrafen hauptsächlich Hypersensibilitäts-Reaktionen des ganzen Körpers und unerwünschte Reaktionen der Haut, des Nervensystems, des Magen-Darm-Trakts sowie die Psyche. Die Meldungen stammten von Ärzten, Apothekern, von der Pharmaindustrie sowie der Interkantonalen Kontrollstelle für Heilmittel.

Weitere Informationen: Schweiz. Arzneimittel-Nebenwirkungszentrale, Chur, Telefon CH 081/252 70 77.

Trockenfrüchte: Gesund und lecker

Die gesunde, süsse Alternative zu Schokoriegeln, Keksen, Bonbons und Gebäck ist da: naturbelassenes Trockenobst. Sie werden sagen: das gibt es ja schon lange. Stimmt - und stimmt wieder nicht. Dörrobst ohne

Konservierungsmittel ist oft so schrumpelig-unansehnlich, dass nur die Augen ausgesprochener Öko-Fans mit Wohlgefallen auf der zähen Ware ruhen. Auf der anderen Seite werden klebrige Früchte angeboten, die noch so wasserhaltig sind, dass sie nur mit Konservierungsmitteln (z.B. Schwefel) über die Runde des Haltbarkeitsdatums kommen.

Ein für die Schweiz neu entwickeltes Trocknungsverfahren, das mit niedrigen Temperaturen auskommt und keine Konservierungsmittel benutzt, garantiert geschmacklich einwandfreie Trockenfrüchte, bei denen die natürliche Farbe, das Aroma, die Vitamine und Vitalstoffe weitestgehend erhalten bleiben. Der einzig erlaubte Zusatz ist natürliche Zitronensäure, die das Braunwerden (Oxidie-



ren) der Apfel- und Birnenscheiben an der Luft verhindert. Es wird nur einwandfreies, frisches, ausge-reiftes, von Hand gepflücktes, ungeschältes Obst aus der Schweizer Bodenseeregion verwendet, das zum

kleineren Teil aus kontrolliert biologischem Anbau, zum grösseren Teil aus Integrierter Produktion stammt. Ein Kilo frische Früchte ergibt 100 Gramm Trockenobst. Der praktische Snack ist nicht nur für alle Sportler, Wanderer, Campingfreunde, TV-Guck- und Knabberer empfehlenswert, sondern auch für Kinder, Magenempfindliche und Allergiker, die bisher auf geschwefeltes und konserviertes Trockenobst verzichten mussten.

Im Angebot sind jetzt schon Apfelingel, Birnenringe und eine Mischung, die zusätzlich entsteinte Kirschen und entsteinte, halbierte Zwetschgen enthält. Das neue Produkt ist zu kaufen in der Migros mit dem M-Sano-Label und unter der Bezeichnung «Now / Nectaflor» im übrigen Handel.

Alzheimer-Patienten: Verirren macht hilflos

Etwa fünf Prozent der über 65jährigen und 20 Prozent der über 80jährigen leiden in Deutschland unter der Alzheimerschen Krankheit. In der Schweiz sollen es ca. 70 000 Personen sein. Die Beschwerden gleichen zunächst «normalen Alterserscheinungen»: Gedächtnisschwäche, Orientierungsstörungen. Am Ende werden die einfachsten täglichen Verrichtungen zu unüberwindlichen Hindernissen. Eine Folge der krankhaften Veränderungen der Hirnzellen ist das orientierungslose Herumwandern der Patienten. Manche verspüren einen unaufhaltsamen Drang, sich fortzubewegen. Stossen sie auf eine offene Ausgangstüre, laufen sie ohne Absicht und Ziel weg. Es kann aber auch vorkommen, dass sie ein Ziel

anvisieren, z.B. die frühere Arbeitsstelle, es aber bald wieder vergessen. Der Heimweg ist oft unmöglich, weil sie örtlich und zeitlich desorientiert sind. Die Schweizerische Alzheimervereinigung hat für die Betreuer der Patienten und für die Polizei eine Reihe von Broschüren herausgegeben, die auf das Problem aufmerksam machen und Hinweise auf Verständigungsmöglichkeiten und zum schonenden Umgang mit Alzheimer-Patienten geben. Sie sind kostenlos erhältlich bei:

*Schweiz. Alzheimervereinigung,
Generalsekretariat, Rue Pestalozzi 16,
CH 1400 Yverdon-les-Bains,
Tel. CH 024/426 20 00, Vorw. D: 0041/24/...*