

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 54 (1997)  
**Heft:** 3: Von Wasserkzwerge und Meeresgiganten : die geballte Vitalkraft der Algen

## Titelseiten

### 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](#)

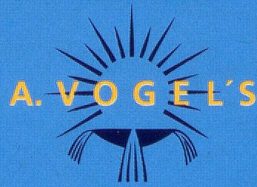
### Terms of use

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:** 13.12.2025

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





# Gesundheits-Nachrichten

Zeitschrift für Naturheilkunde



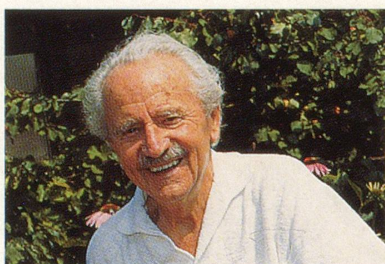
Jahrgang 54 • März 1997

**Von Wasserzwergeren und Meeresgiganten:  
Die geballte Vitalkraft der Algen**

**Wenn der Magen Kummer macht**

**Beliebter denn je: Joghurt und Molke**





1902 – 1996

*Alfred Vogel*

Das Werk Dr. h.c. Alfred Vogels ist geprägt vom Gedankengut einer in jeder Hinsicht an der Natur orientierten Lebens- und Heilweise.

Ein Leben in möglichst weitgehendem Einklang mit dem Schöpfer und der Natur und im Bewusstsein um deren Kräfte ist gleichbedeutend mit wahrer Lebensqualität.



## IMPRESSUM

### **Gesundheits-Nachrichten**

Zeitschrift für Naturheilkunde  
März 1997, 54. Jahrgang  
erscheint 12mal im Jahr  
Auflage: 70 000

### **Redaktionsadresse**

Verlag A. Vogel AG  
Hätschen, Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
Telefon 071 333 46 12

### **Herausgeberin**

Denise Vogel

### **Verlagsleitung**

Ingrid Schindler

### **Redaktion**

Ingrid Schindler  
Ingrid Zehnder-Rawer  
Clemens Umbricht

### **Copyright**

by Verlag A. Vogel AG

### **Mitarbeiter**

Maria Habich

### **Gestaltung/Satz**

Werner Wohlgenannt, Dornbirn

### **Fotos**

Baumann, Incolor, Blue Planet  
Prisma, Tony Stone, Keycolor  
The Image Bank, Comstock  
Fotoagentur Sutter, C. Umbricht  
Bruno Blum

### **Lithos**

Offset-Repro AG, Zürich

### **Druck**

Zollikofer AG, St.Gallen

### **Papier**

Chlorfrei gebleicht

### **Jahresabonnement**

Schweiz Fr. 28.–  
Deutschland DM 32.–  
Österreich S 270  
übriges Ausland Fr. 32.–  
Übersee Fr. 42.–

### **Einzelheft**

Fr. 3.- / DM 3.50

### **Anzeigen/Abonnemente**

Verlag A. Vogel AG  
Hätschen, Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
für die Schweiz:  
Telefon 071 333 30 35  
Fax 071 333 46 84  
für Deutschland:  
Telefon 0041 71 333 30 35  
Fax 0041 71 333 46 84

### **Abonnementszahlungen**

In der Regel nur mit vorgedrucktem Einzahlungsschein.  
Bei Fehlen eines solchen:

In der Schweiz:

Postscheckkonto Nr. 90-663-6  
Schweiz. Volksbank St.Gallen  
Konto-Nr. 10-420.524.9

A. Vogel's Gesundheits-Nachrichten  
CH-9053 Teufen

in Deutschland:

Postbank D-76118 Karlsruhe  
Konto-Nr. 0070082756  
BLZ 660 100 75  
Verlag A. Vogel AG  
CH-9053 Teufen

übriges Ausland:

Bankscheck, ausgestellt auf:  
A. Vogel's Gesundheits-Nachrichten  
CH-9053 Teufen




# INHALT

Liebe Leserinnen, liebe Leser


Bitte hier abtrennen

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



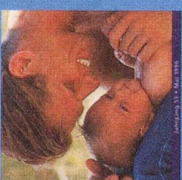
**Grüne Sommerküche**  
mit Gemüse, Kräutern und Olivenöl  
Thymianer und andere raschlebende Quellen  
Sommererparanema Haut  
Milko für Hautkrebs

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



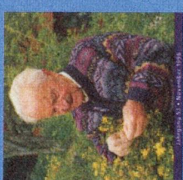
**Oxsystem Wild:**  
Wie bodenfruchtig ist es?  
Selen ist nicht Schwarz!  
Vollkorn helfen ihnen Farben  
Der graue Star

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde




**Maternitätlich**  
dankt es ein Frauenkind wird  
Compassio für  
dankt es  
Traditionelle Dalkkrasse

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



**Zum Tod von Alfred Vogel**  
Rückblick auf Leben und Werk  
Grüner und Schwarzer Tee  
Echinacea für Link und Gross  
Der graue Star

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



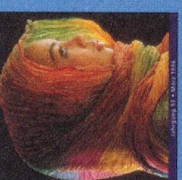
**Melisse erfrischt und kühl:**  
Der Rauch vertreibt die Mücken  
Heilkräuter nach A. Vogel und E. X. Mayr  
Darmflora im Gleichgewicht

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



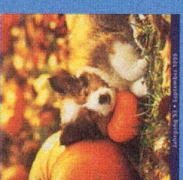
**Milchzahn um Milchzahn**  
Biss bekommen und Schmelz bewahren  
Rechts ist, wo der Daumen links ist  
Wemum sich umgeschulte Linkshänder schwerer tun  
Die Kakaoabläure und ihre Schokoladenersatzstoffe

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde




**PMS – die Tage vor den Eisern:**  
die Ursachen und die probierten Mittel  
Elektromagnetismus: Minimal Strom, vertragen wir?  
Falsche Schuhe machen Füße krank

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde




**Wie man sich bittet, so liegt man.**  
Was braucht man für einen erlosenen Schlaf?  
Kinder und Tabletten –  
was die Jungen alles schlucken  
Helene's Heilkräuter:  
Algenkultur aus Ost und West

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



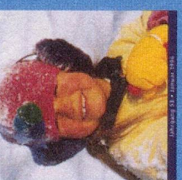
**Frauen in den Wechseljahren:**  
alt genug, um nicht alles beim Alten zu lassen  
Alkohol ist kein Retter in der Not  
Gewürze aus Grenada

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



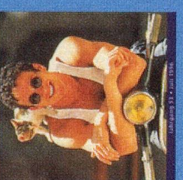
**Ein Virus namens Herpes**  
Thalassotherapie  
Stimmulantes Seeklima, Inlandes Meerwasser  
Cellulose:  
wie man vorbeugt und behandelt

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



**24 Stunden geöffnet:**  
auch Ohren brauchen Ruhezeiten  
Mummi oder Mami? – wie munter macht Milch?  
Mit Klang und Rhythmus gesunden

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde



**Bluthochdruck – eine schmerzlose**  
Diätessenz für Herz  
Drogen, Dufte, Dose: nur wohlführend transpirieren?  
Auf los geht's los:  
Sport für Frauen: Portugiesische und Paris

**GESUNDHEIT IM ABONNEMENT**

Sie werden wieder einmal einen  
Sie lange kauen. • Ihr Part  
on Ihnen, dass Sie vieles  
ten Ihrer Tochter liegen  
im Magen. • Die Kollegin  
ange an den Kopf, die Sie

uss-  
gen  
auf.  
von  
Le-  
gen,  
ken  
All-  
und  
nde  
und



Das dumpfe Drücken in der  
n anderes Unbehagen ver-  
rinklustige Weise «kuriert».  
r Magen und Verdauung  
er gute, alte «Klosterfrau  
nd) immer noch Nummer  
Medikamenten. Wohl nicht  
e (!) Geist der Melisse den  
fu vertreibt, wie es Volkes

hochprozentigem Magen-  
mittel allerdings sehr breit.  
haben, wie sensibel der  
n, rohe Töne und rauhe  
t, denn die Vielfalt der Heil-  
tee ist im übrigen immer  
asmittel bei Magenschmer-  
nt. Leider wird die Kamille  
dosiert und hellgelb wirkt  
oldgelb ist der Tee zu stark  
für Kinder reichen schon  
lehr darüber, was man tun  
nichts und niemand den  
sem Thema des Monats.

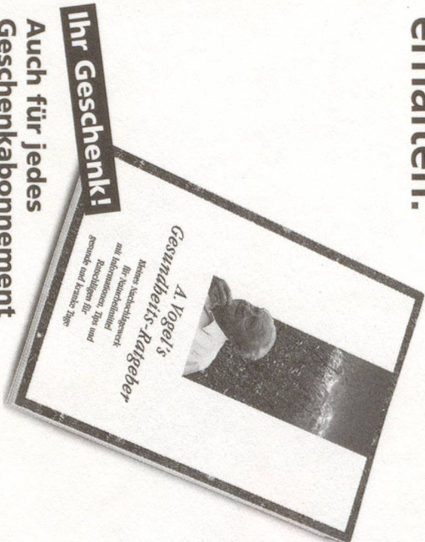
Schindler



## Bestellkarte

Bitte hier abtrennen

Ein Abonnement von  
«A. Vogel's Gesundheits-  
Nachrichten» – und was  
Sie dafür als Geschenk  
erhalten.



**Ihr Geschenk!**  
Auch für jedes  
Geschenkabonnement

**A. Vogel's neuer Gesundheits-Ratgeber**  
Anwendungsgebiete, Dosierungshinweise und  
hilfreiche Tipps für alle wichtigen Naturheilmittel,  
die in keinem Haushalt fehlen sollten.  
181 Seiten, zahlreiche Farbbilder.

### Sofort abonnieren ...

- Ich abonniere die GN zum Jahrespreis  
von **nur Fr. 28.-** (exkl. MwSt.)
- Ich bestelle ein Geschenkabonnement zum Preis  
von **nur Fr. 28.-** (exkl. MwSt.)
- Ich möchte die GN 2 Monate zur Probe,  
**gratis und unverbindlich**
- GN-Sammelordner, **Fr. 6.50**
- Bitte senden Sie mir den Verlagsprospekt

Meine Adresse:

**... oder gratis testen!**

Name:

Strasse:

PLZ/Ort:

Datum/Unterschrift:

Das Geschenkabonnement geht an:

Name:

Strasse:

PLZ/Ort:

Lieferbeginn (Monat):

GN 397

# A

Nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale-rispos  
Envoi commercial-réponse

An  
Verlag A. Vogel AG  
Postfach 63  
9053 Teufen

**Gesundheits-Nachrichten**  
Zeitschrift für Naturheilkunde  
März 1997, 54. Jahrgang  
erscheint 12mal im Jahr  
Auflage: 70 000

**Redaktionsadresse**  
Verlag A. Vogel AG  
Hätschen, Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
Telefon 071 333 46 12

**Herausgeberin**  
Denise Vogel

**Verlagsleitung**  
Ingrid Schindler

**Redaktion**  
Ingrid Schindler  
Ingrid Zehnder-Rawer  
Clemens Umbricht

**Copyright**  
by Verlag A. Vogel AG