

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 55 (1998)  
**Heft:** 7: Von "richtigen" Tomaten : und anderen

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Zehnder, Ingrid

### **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:** 02.05.2026

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

App P 3656

# INHALT

DER NATUR AUF DER SPUR .. 4

## THEMA DES MONATS

Tomaten: nicht immer rot,  
rund und gesund..... 6

## KOSMETISCHE AKUPUNKTUR

Mit Nadeln  
Falten bekämpfen.....10

## SCHWARZKÜMMEL

Was er kann und  
was nicht .....14

## ZUCKER IN DER ERNÄHRUNG

Weniger (Süßes)  
ist mehr (Gesundheit) .....16

## AUF DEM SPEISEPLAN

Gemüsebohnen..... 21

DIE PRAKTISCHE SEITE ..... 22

BILD DES MONATS ..... 23

## DER KLEINE TIERARZT

Erprobte  
Pflanzenheilmittel .....24

## SOMMER-GEWINN-SPIEL

2. Folge, Suchspiel und  
Zahlenrätsel ..... 26

## SPÄTE MÜTTER (2)

GN-Leserinnen berichten:  
«So war's bei mir» .....28

## LESERFORUM

Erfahrungsberichte  
und neue Anfragen.....34

BLICK IN DIE SCHWEIZ ..... 37

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Ab nächsten Monat ist es soweit: In den drei deutschsprachigen Ländern tritt die Rechtschreibreform endgültig in Kraft, zumindest in den Schulen und in der Verwaltung. Wir haben in der Redaktion natürlich auch diskutiert, wie wir vorgehen sollen. Wobei uns sowohl das übereifrige Gezeter der Reformer als auch das der Kritiker (die vom «Anschlag auf die deutsche Sprache» reden) amüsiert. Sie tun so, als ob das die erste Reform sei, die unsere Rechtschreibung mitmacht. Ich habe als Kind Briefe von der Oma bekommen, wo sie mich beispielsweise ermahnte, etwas zu *thun*. Also tun wir nicht so, als ob jede Änderung der Rechtschreibung gleich das ganze Gefüge der Sprache auf den Kopf stellt.



Trennungen wie *Vi-ta-min* statt wie bisher *Vit-amin* machen uns kein Kopfzerbrechen. Auch dass wir uns in Zukunft *ver-ste-cken* statt uns zu *ver-stek-ken*, ist kein Problem. Mühsamer ist es schon mit Vokabeln wie *Nessessär* (da bezeichnet man ja als kulturell geschulter Mensch den Behälter fürs Rasierzeug und die Zahnbürste fast schon lieber als *Kulturbeutel*); auch das *Portmonnee*, das *Potenzi-al* und das *Varietee* sind gewöhnungsbedürftig. Vergessen wir dabei aber nicht, dass es schon lange *Frottee* gibt, wie auch *Elefanten* und *Fotografen* (bei der Omi hiess es noch *Frotté*, *Elephant* und *Photograph*). Die Orthographie-Orthografie-Reformer versprachen eine «logische» Reform. Nichtsdestotrotz müssen wir nach wie vor mit einigen Ungereimtheiten zurecht kommen (oder zu Recht??). Die Spagetti, das Jogurt, die Myrre und der Katarr haben ihr «h» verloren, der *Rhetoriker* und der *Rhabarber* durften ihres behalten - logisch!? Ich denke, das Wichtigste bleibt Nachsicht und Toleranz, bei den Schreibenden und den Lesenden - zumal bis zum Jahre 2005 Altes neben Neuem Gültigkeit hat.

Dann ist noch eine weitere (kleine) Reform zu vermelden: Ein *Jahresabo* der GN wird ab sofort zwei Franken oder drei Mark oder 30 Schilling mehr als bisher kosten. Wir zählen auf Ihr Verständnis und hoffen, Sie weiterhin essenziell-substanziell zu informieren und mit Bravour-Bravour zu unterhalten.

Herzlichst, Ihre

Ingrid Zehnder