

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 55 (1998)  
**Heft:** 1: Schmerzmittel aus der Natur

## Inhaltsverzeichnis

### 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:** 10.01.2026

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

# INHALT

<b>DER NATUR AUF DER SPUR .....</b>	<b>4</b>
<b>THEMA DES MONATS</b>	
Schmerzmittel aus der Natur .....	6
<b>BANANEN</b>	
Die schöne Gelbe mit der Schutzhülle .....	11
<b>ALKOHOL IN ARZNEIEN</b>	
Schädlich oder nicht? .....	16
<b>HEUSCHNUPFEN</b>	
Rechtzeitig mit der Vorbeugung beginnen.....	18
<b>RHEUMA</b>	
Tips für kaltes Wetter .....	20
<b>DIE PRAKTISCHE SEITE ....</b>	22
<b>BILD DES MONATS .....</b>	23
<b>ALFRED VOGEL AUF REISEN</b>	
Das Geheimnis der Urwaldnahrung .....	24
<b>HEILKUNDE</b>	
Sri Lanka: Interview mit einem Ayurveda-Arzt .....	26
<b>AUF DEM SPEISEPLAN</b>	
Topinambur .....	29
<b>GEBÄRMUTTER- UND BLASENSENKUNG</b>	
Anders behandeln.....	30
<b>LESERFORUM</b>	
LF-Galerie-Fotowettbe- werb, Erfahrungsberichte und neue Anfragen.....	32
<b>BLICK IN DIE WELT .....</b>	36

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Als Kind schreibt man Wunschzettel, als Erwachsener Beschwerdebriefe oder Mahnungen, wenn überhaupt. Der lange Brief der guten Freundin – er macht sich rar, und die Postkarten aus dem Urlaub gehen so sparsam mit Buchstaben um, als müsste man sie teuer bezahlen. Warum wohl findige Verkehrsämter gleich «Schöne Grüsse aus dem sonnigen Süden» aufdrucken?

Im Zeitalter der E-Mail ist Briefschreiben natürlich alter Schnee. Haben wir die letzten Jahre noch gefaxt, was das Zeug hielt, empfangen wir im Internetfieber nur noch Post per PC. Wer immer noch nicht mit dem World Wide Web verbandelt ist, kann ja den Werbestoppaufkleber von seinem Briefkasten entfernen. Und dann guten Mutes zur realen Mailbox gehen und packenweise News aus der Detailhandelswelt um die Ecke, wenn nicht in die Wohnung, so doch zum Altpapiercontainer schleppen. Da kann es doch glatt passieren, dass die Postkarte von der Turnvereinfreundin unter die Anzeigen rutscht. Aber zum Glück wissen wir ja, was drauf steht.

Bevor wir nun die virtuelle Mailbox leeren, möchten wir der Multimediakultur ein Schnippchen schlagen: Schreiben Sie uns Briefe! Schöne, echte Leserbriefe auf Papier, mit Absender und Couvert. Das dürfen Wunschzettel sein, aber auch Beschwerdebriefe, Kommentare zu unseren Berichten, Ergänzungen, eigene Erfahrungen oder sogar mal ein Lob. Wir wollen künftig Ihre Briefe, sofern sie sich auf Artikel in unserem Heft beziehen, mit Angabe Ihres Namens (und u.U. Ihres Berufes) veröffentlichen. Allerdings haben auch wir einen Wunsch auf dem Wunschzettel: schreiben Sie uns in der ersten Woche nach Erhalt der «GN», weil Sie sonst erstens wahrscheinlich gar nicht mehr schreiben, und zweitens das Lesen von Leserbriefen nur interessant ist, wenn sie im nächsten oder spätestens übernächsten Heft veröffentlicht werden. Und geben Sie's zu: kritische Seitenhiebe machen immer Spass, solange einen nicht selbst die Schelte trifft. In diesem Sinn: Ein gutes neues Jahr!



*Ursula Schindler*