**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 56 (1999)

**Heft:** 7: Tanz in den Sommer : mit Liebe, Lust und Lebensfreude

**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:** 06.02.2026

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

## INHALT


**4 Der Natur auf der Spur**

**6 Thema des Monats**
Sommerlicher Ratgeber: Liebe, Lust & Lebensfreude

**10 Aphrodisiaka**
Pflanzen der Liebe

**14 Serie Hormone**
Notfall- und Stresshormone des Nebennierenmarks

**16 Lebensraum Moor**
Zauber einer Landschaft

**22 Die praktische Seite**

**23 Bild des Monats**

**24 Baumporträt**
Die Linde

**26 Fahrtüchtigkeit im Alter**
Kriegen Oma und Opa noch die Kurve?

**28 Ballenberg**
A. Vogel-Heilkräutertage und Bein-Parcours

**29 Gesunde Reiseziele in Österreich**
Villach in Kärnten
Bezau und Gaschurn in Vorarlberg

**32 Auf dem Speiseplan**
Johannisbeeren

**33 Leserforum**
Erfahrungsberichte und neue Anfragen

**36 Blick in die Welt**


## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Liebe ist …? Ein weites Feld. Schön und schwierig zugleich. Sexualität: schön und zugleich schwierig. Schon die Verknüpfung der beiden Worte ist umstritten. Während einige zwischen Liebe und Lust kaum unterscheiden, verwenden andere die Worte Liebe, Beziehung und Sexualität streng getrennt. Diese Themen füllen schon ganze Bibliotheken – und es wird immer weiter gefragt und geforscht. Die Last mit der Liebeslust ist Thema in der Kunst und in der Psychologie, auf der Strasse und in den Medien, in der Neuromedizin und der Biopsychologie, am Telefon und im Internet. Auf der Suche nach dem Lustphänomen greifen die Forscher an den verschiedensten Fronten an. Da werden DINS (double income, no sex) befragt, Liebeshormone analysiert und Stressfaktoren erörtert (vom Lustkiller Nr. 1 bis zum lustfördernden Druck, dem sogenannten Kennedy-Clinton-Effekt). Neurobiologen sammeln Hinweise, wo genau im Gehirn sich die Sexualität abspielt. Denn unser grösstes Sexualorgan befindet sich im Kopf. Drei Pfund schwer, mit 100 Milliarden Nervenzellen ausgerüstet, die Erregung, Gefühle und Lust steuern, Berührungen taxieren, Bilder bewerten und Phantasien wecken. Erstaunlicherweise (?) fand man heraus, dass neben den (vermuteten) Hirnarealen, die die hormonelle Reaktion und viele Nervenfunktionen steuern, auch (unvermutete) Anteile des Stirnlappens, die mit dem Sprachverständnis und der Sprache zusammenhängen, Lustgefühle steuern. Sollte der sexuelle Lustgewinn beim Menschen stärker an intellektuelle Leistungen geknüpft sein als bisher geahnt?

Ich kenne kein allgemeingültiges Rezept, wie lustlose Paare das Begehren zurückerobern können. Vielleicht sind der Artikel von Dr. Beatrix Falch über Aphrodisiaka und unser sommerlich-augenzwinkernder «Ratgeber» zum Thema Liebe, Lust und Lebensfreude aber doch Anlass für ein Gespräch (Lustgewinn via Gehirn) oder eine marienkäferglückbringende Annäherung (Liebesgewinn via Spass)?

Sollten Ihnen andere Lebensthemen wichtiger sein – auch gut: diese GN hat viele andere Seiten, und die nächste (jubilierende!) Ausgabe kommt bestimmt!

**Herzlichst, Ihre**

Ingrid Zehnder