

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 57 (2000)  
**Heft:** 2: Männer und die Gesundheit

## 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:** 29.01.2026

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

## INHALT

### 4 Der Natur auf der Spur

### 6 Thema des Monats

- Männer und Gesundheit:
- Warum Männer weniger alt werden als Frauen
  - Strategien für eine gesunde Ernährung
  - Taktik zur Vorbeugung bei Herzerkrankungen
  - Pannenhilfe im Verdauungstrakt
  - Sonnenstrahl im Stimmungstief
  - Prostata unter Kontrolle

### 16 Interview

Was Männer nur Männern sagen

### 20 Kulinарische Satire

Ephraim Kishon und die Gewichtsüberwacher

### 22 Praktisches und Wissenswertes

### 23 Bild des Monats

### 24 Männergewohnheiten

Ballast über Bord – nicht ganz ernstgemeinte Empfehlungen einer Frau

### 28 Serie/Teil 2

Phytotherapie und Frischpflanzenverarbeitung

### 32 Auf dem Speiseplan

Getrocknete Äpfel

### 33 Leserforum

Erfahrungsberichte und neue Anfragen

### 36 Blick in die Welt

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Diese Ausgabe der «Gesundheits-Nachrichten» wendet sich (vor allem) an die Männer. Ja, liebe Leserinnen, ich weiss schon, dass wir damit eine Minderheit bedienen (in der Bevölkerung insgesamt und vor allem unter denen, welche die GN lesen).

Für die meisten Männer ist Gesundheit Frauensache. In Anlehnung an den provokanten Buchtitel des Psychologen Wilfried Wieck «Männer lassen lieben» könnte man zugespielt sagen: Männer lassen lesen, insbesondere, wenn es um Gesundheitsfragen geht. Gerade deshalb wenden wir uns diesmal direkt an das starke Geschlecht. Warum sollen nicht mal in erster Linie die besseren Hälften, Söhne, Schwiegersöhne (und vielleicht sogar die Enkel) von den GN-Gesundheitsratschlägen profitieren?



Wir sind zum Beispiel einmal der Frage nachgegangen, warum Frauen im Durchschnitt älter werden als Männer. Wenn Sie einen Mann nach den Gründen fragen, wird er sagen: weil Männer schwerer schuften, mehr Stress haben, viel Verantwortung tragen usw. Dass völlig andere Gründe massgebend sind, lesen Sie in dieser Ausgabe. Diese Lektüre ist aber auch für uns Frauen hochinteressant, denn nachdem es nur noch wenige Bereiche des Lebens gibt, in denen Männer den Ton angeben, müssen wir uns an der eigenen Nase fassen und überlegen, ob wir nicht, beispielsweise in puncto Risikoverhalten und Rauchen, auf dem besten Weg sind, es den Männern gleich zu tun.

Bedeutend mehr Männer als Frauen haben Übergewicht, das ist eine statistische Tatsache. Da man aber heute schon als dick gilt, wenn man einen Schatten wirft, fanden wir es interessant, mal zu schauen, was ein Satiriker wie Ephraim Kishon zu dem Problem sagt (Seite 20 bis 22). Das ist nicht der einzige leicht ironische Beitrag in diesem Heft – lassen Sie sich überraschen!

Ich bin auf Ihre Reaktionen gespannt. Es wäre schön, wenn Sie uns Ihre Meinung schreiben oder mal anrufen.

**Herzlichst, Ihre**

Ingrid Zehnder