

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 58 (2001)  
**Heft:** 1: Kristalle : der Glanz 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:** 23.02.2026

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



### Bild des Monats 3

Aus unserer «Wasser»-Reihe:  
Bach im Diemtigtal im Berner Oberland

### Editorial 5

### Aktuelles und Wissenswertes 6

- Möglichst wenig sneuzen
- Quinoa neu auf dem Markt
- Husten: wirksame Arzneien aus Pflanzen
- Ohrenärzte schlagen Alarm
- Rauchen und Polyarthrit
- Stillen schützt Kinder vor Übergewicht
- Buchtipp: Lexikon der Ernährungsirrtümer
- Pflanze des Monats: Christrose

### Thema des Monats 10

Knoblauch, die Knolle mit den gesunden Zehen, ist nicht nur als Gewürz ein sicherer Wert, auch als Heilpflanze fasziniert das aus den asiatischen Steppen stammende Lilien- gewächs.



### Kristalle – der Glanz der Natur 16

Kristalle faszinieren: ob als vergängliche Schneeflocke oder unverwüster Edelstein. Das Titelbild zeigt einen Rauch- quarz aus der Sammlung des Kristall- museums Guttannen.

### Migräneprevention 20

Ein Pflanzenmittel aus der Pestwurz hilft wirk- sam bei der Verhütung von Migräneattacken.

### Psychologie 22

Im Interview spricht der im Tessin lebende Psy- chotherapeut und Autor Peter Schellenbaum über die von ihm entwickelte Psychoenergetik, eine neuartige Verbindung von Tiefenpsycho- logie und körpertherapeutischen Verfahren.

### Der Alfred Vogel-Preis 26

Ende letzten Jahres wurde der Preis an zwei wissenschaftliche Arbeiten über Phytotherapie vergeben.

### Umweltserie (1) 28

Die erste von vier Folgen befasst sich mit der Erde und damit, wie wir mit unserem Boden umgehen und ihn «bebauen».



### Auf dem Speiseplan 32

- Fencheltopf
- Ungarischer Krauteintopf
- Feurige Bohnensuppe

### Das Leserforum 33

- Lichen ruber
- Lipödem
- Bänderzerrung am Knie

### Impressum 36

### GN-Themen im nächsten Monat

Ernährung und die  
Traditionelle Chinesische Medizin

Rund um die Kartoffel:  
Gesundheit, Diät, Schönheit

Was tun bei Husten?

Wunder der Natur – Kristalle

Umwelt-Serie (2): Wasser

Neue Erkenntnisse in der Behandlung  
chronischer Wunden