

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 58 (2001)  
**Heft:** 2: Ernährung : worauf Chinesen achten

## **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:  
Gezeiten-Reuse in Mtwapa Creek, Shanzu  
(nördlich von Mombasa). Kenia

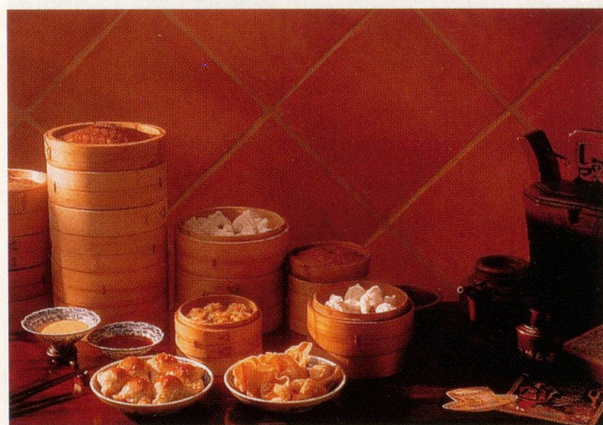
**Editorial 5**

**Aktuelles und Wissenswertes 6**

- Gleiche Hirnregion für Zeichen wie für Laute
- Schnuller-Verzicht und Ohrentzündung
- Der A.Vogel-Tipp bei Mittelohrentzündung
- Medikamente richtig schlucken
- Mit Knoblauch gegen Marderfrass
- Milben-Risiko bei Aufbackwaren
- Buchtipp: Diagnose MS
- Haarmineralanalyse
- Genmais-Versuche auch in Frankreich
- Asthma und Immunsystem
- HIV-Infektionen
- Wasser-Symposium in Luzern
- Pflanze des Monats: Winterling

**Thema des Monats 10**

Ernährung nach den fünf Elementen der  
Traditionellen Chinesischen Medizin.



**Alte und moderne Wundbehandlung 14**

Chronische Wunden wie offene Beine sind oft  
nur schlecht zu behandeln. Für viele Betroffene,  
z.B. Diabetiker, gibt es neue moderne und  
wiederentdeckte naturheilkundliche Behandlungsmethoden und damit neue Hoffnung.

**Stressbewältigung 19**

«Facial Harmony» nennt sich eine neue entspannende Gesichtsbehandlung.

**Gesundheit, Diät, Schönheit 20**

Kartoffeln, zu Unrecht als Dickmacher verschrien, sind ein äusserst gesundes, leichtes und bekömmliches Lebensmittel. Viel anfangen kann man mit ihnen nicht nur in der Küche, sondern auch im Bad und bei der Gesundheitspflege.

**Wunder der Natur – Kristalle 24**

Im zweiten Teil des Artikels berichten wir von der schwierigen und spannenden Arbeit der Mineraliensucher.

**Umweltserie (2) 28**

In dieser Folge geht es um das lebenswichtige Element Wasser, das im Überfluss vorhanden zu sein scheint, in Wirklichkeit aber auf der ganzen Erde knapp zu werden droht.

**Auf dem Speiseplan 32**

- Herzhafte Brotaufstriche

**Das Leserforum 33**

- Vom Reizhusten zum Abhusten
- Nachtrag zu Wundrose, Lipödem, Kribbeln
- Neue Anfragen

**Impressum 36**

**GN-Themen im nächsten Monat**

Weg mit dem Bauch –  
und seinen Beschwerden!  
Wenn der Bauch rumort, der Magen rebelliert,  
der Darm streikt, die Speiseröhre brennt –  
grössere und kleinere Probleme rund um das  
Bäuchlein und die Verdauung aus der Nähe betrachtet.

Heilkraut Brennnessel

Umweltserie (3): Feuer/Energie

Mitmachen und gewinnen: GN-Wettbewerb