

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 59 (2002)  
**Heft:** 1: Tipps und Tricks rund ums Haar

## 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:** 07.04.2026

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

**Schmetterling des Monats 3**

Erdbeerbaumfalter (*Charaxes jasius*) • Vorkommen: In der Macchia des Mittelmeergebiets • Flügelspannweite bis 9 Zentimeter

**Editorial 5**

**Aktuelles und Wissenswertes 6**

- Akupunktur und Geburt
- Säuglingsschoppen mit Mineralwasser?
- Milben und Katzenhaare rauswaschen
- Schweiß enthält Antibiotikum gegen Keime
- Duftgarten im Tessin – auch im Winter
- CD-ROM-Tipp: Naturheilkunde und Medizin-Ratgeber
- 40 Prozent aller Brutvögel in der Schweiz sind gefährdet / Braunkehlchen-Projekt in Bever
- Knoblauch gegen Malaria
- Rückengerechte Sitze für PKWs
- Winterdepression
- Heilpflanze: Gelbwurz

**Jubiläumsjahr «100 Jahre A. Vogel» 10**

**Thema des Monats 12**

Der Stolz der einen ist das Sorgenkind der anderen: Haare. Man kann und muss sie pflegen – von innen wie von aussen. Wir verraten Ihnen einige Tipps und Tricks für hausgemachte Pflegeprodukte und unterhalten Sie mit «haarigen» Geschichten».

**GN-Leserreise: Ayurveda in Südindien 18**

Wir stellen Ihnen diese Reise mit einem Artikel aus der Feder des NZZ-Mitarbeiters Dr. Iten vor, der den Ayurveda-Garten selbst besucht hat.



**Entbindung durch Kaiserschnitt 23**

Vor allem in ganz Südamerika aber auch in Nordamerika besteht seit Jahren ein Trend dazu, die Entbindung per Operation der natürlichen Geburt vorzuziehen. Auch in Deutschland und noch häufiger in der Schweiz möchten immer mehr Frauen per Kaiserschnitt «gebären».

**Eine Prise Gesundheit 26**

Gewürze verfeinern nicht nur unsere Gerichte, sondern machen sie auch bekömmlicher. Der Artikel informiert über die Verwendung von Gewürzen, den richtigen Umgang damit und die gesundheitlichen Wirkungen.

**Der zweite Puls des Lebens 30**

Die Craniosacralbehandlung ist eine sanfte manuelle Therapie, die das Pulssystem der Hirnflüssigkeit beeinflussen soll. Sie bewährt sich in einem breiten Anwendungsspektrum zwischen Allergie und Zahnkorrektur.

**Leserforum-Galerie 33**

**Auf dem Speiseplan 34**

- Blumenkohl mit Garam masala
- Tacos mit scharfen Kidneybohnen
- Zimttaler

**Leserforum 35**

**Impressum 37**

**GN-Themen im nächsten Monat**

Alters-Diabetes – eine Erkrankung, die ernstzunehmende Folgen haben kann. Ein Betroffener schildert seinen Leidensweg und gibt wertvolle Erfahrungen weiter.

Pflanzenporträt: Der Beifuss (*Artemisia*)

Babyschwimmen: Wann? Wie? Warum?

Therapie: Was ist Rolfing?