**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel Band: 60 (2003)

**Heft:** 5: Aus Paaren werden Eltern

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:** 15.11.2025

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

## **Dinner-Cancelling Bild des Monats** Hinter dem modischen englischen Ausdruck, Rotes Holunder-Knabenkraut (Dactylorhiza sambucina) der nichts anderes bedeutet, als das Abend-**Editorial** essen ausfallen zu lassen, steckt eine vernünftige Tradition, die auch Alfred Vogel praktiziert **Aktuelles und Wissenswertes** und empfohlen hat. Dinner-Cancelling ist - Manchmal hilft glutenfreie Diät bei Migräne Diät, Wellness- und Anti-Aging-Programm in - Diabetiker-Füsse besser versorgen einem. Das gesunde Ernährungskonzept - Sauerstoff an der Bar tanken macht das Abnehmen leicht, gibt Energie und - Männer sind anders depressiv gute Laune und hält dabei auch noch jung. - Kaffee: Nichts für werdende Mütter - Neue A. Vogel-Produkteliste in Deutschland 22 Rätseln und gewinnen - Buchtipp: «Akupressur» Tüfteln und knobeln Sie mit! Unter den Ein-- Erster PRIX BIO für einen Erdbeerzüchter sendern des richtigen Lösungswortes werden - Tierische Fette erhöhen Alzheimer-Risiko attraktive Preise verlost. - Zinkmangel: Schlecht für Spermien - Zähneputzen: Gut fürs Herz Medizin, die in der Luft liegt 25 - Ziegenmilch keine Alternative zu Kuhmilch Die Sauerstofftherapie, eine von Heilpraktikern - Gedächtnis-Übung geschätzte Methode. - Heilpflanze: Echtes Löffelkraut **Tausendundeine Pracht** 27 Die Blumeninsel im Bodensee präsentiert sich **Thema des Monats** Wenn Paare zum ersten Mal Eltern werden, dieses Jahr im Zauber des Orients. dann hängt der Himmel voll rosaroter Geigen. Doch die Freude am Nachwuchs mischt sich Auf dem Speiseplan 31 nur allzu schnell mit Gefühlen von Anspan-Artischocken nung und Überforderung. Ein rechtzeitiges 32 und gutes «Krisenmanagement» ermöglicht, Was? Warum? Wie? dass jeder zu seinem Recht kommt und keiner Sonntagsarm sich vernachlässsigt fühlt. Gesundheitsforum 32 Beinfit in den Sommer 15 Mit der warmen Jahreszeit kommt für viele Leserforum wieder die Zeit, in der die Beine schwer und müde werden. Wir zeigen Ihnen Kniffe, Tipps News/Impressum 36 und Tricks, wie Ihre Beine leicht, Ihre Bein-**GN-Themen im nächsten Monat** muskeln fit und Ihre Venen elastisch werden. Wenn der Atem schlecht riecht Orchideen - bei uns zu Haus Biochemie und Psyche Neue Power für Ihr Herz

Die Kraft der Emotionen