

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 60 (2003)
Heft: 12: Warmer Winterduft : Zimt

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: 21.02.2026

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

Bild des Monats	3
Edelweiss (Leontopodium alpinum)	
Editorial	5
Aktuelles und Wissenswertes	6
- Antibiotika fördern Allergien - Schilddrüsenerkrankungen: sehr häufig - Taucherkrankheit bei Walen? - Rezeptfreie Schmerzmittel - Buchtipps: «Vegetarisch für Gäste» - Gratis bestellen: Winter-Fitness-Broschüre - Cola macht Kopfschmerzen - Creme oder Salbe? - Nährstoffmangel bei Frauen - Genmanipulierter Prinz? - Heilpflanze: Efeu	
Thema des Monats	10
Zimt – in unserer Vorstellung gehört das tropische Gewürz zum Winter wie Frost und Schnee. Zimtduft vermittelt ein Gefühl von Wärme und Trost. Lesen Sie, wo er herkommt, wie er geerntet wird, welcher der Beste ist und was man damit machen kann. Rezepte für Wohlbefinden, Genuss und glatte Haut.	
	
Brustkrebs ganzheitlich behandeln	15
Krebs der Brustdrüse (Mamma) ist nach wie vor eine häufige Erkrankung. Die Ursachen sind noch weitgehend unerforscht, bekannt sind jedoch einige Risikofaktoren. Die beste Hilfe in der Vorbeugung gegen die Krankheit ist die Selbstkontrolle und die erhöhte Wachsamkeit der Frauen selbst.	
Die Tomatis-Methode	18
Die vom französischen Hals-Nasen-Ohrenarzt Dr. A. Tomatis erfundene Methode des Horchtrainings zielt auf eine neue, geschärzte Wahrnehmung. Sie soll, über das Gehör hinaus, auch psychische Störungen bessern. Dabei spielt die Musik von Mozart eine entscheidende Rolle.	
Schulprojekt in der Kalahari	23
Manchmal begegnen einem Menschen, deren Engagement so imponiert, dass man sofort den Impuls hat mitzuhelpen. Deshalb stellen wir das Projekt des Pflanzenforschers vor.	
Der A. Vogel-Preis 2003	28
Auch der siebte A. Vogel-Preis zeichnet eine hochinteressante, bahnbrechende Untersuchung aus.	
Unterwegs im Schlaf	30
Schlafwandeln klingt für viele mysteriös. Hier erfahren Sie, was es damit auf sich hat.	
Was? Warum? Wie?	32
Krank durch Kälte	
A. Vogels Gesundheitsforum	32
Leserforum	33
Überbein an der Zehe/Bauchspeicheldrüse	
Leserbriefe	36
News/Impressum	37
Zum Sammeln: Die A. Vogel Naturküche	
Festtags-Suppe/Wirsingeintopf	
GN-Themen im Januar 2004	
Arnika - die fantastische Rheumapflanze	
Panzerstark und flügelleicht: Chitin	
Mit Schreiben die Seele heilen	