

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 60 (2003)
Heft: 1: Aus für Hormonersatztherapie?

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: 22.02.2026

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

Bild des Monats	3
Kardendistel (Dipsacus silvestris)	
Editorial	5
Aktuelles und Wissenswertes	6
- Kurzausbildung Aromatherapie - Vegetarisch einkaufen im Internet - Heuschnupfen: Vorstufe zu Asthma - Kinder, Haustiere und Allergien - Gasteltern gesucht für Schüleraustausch - Kleine Denksportaufgabe - Buchtipp: «Kulturgeschichten des Alltags» - Erfahrungsberichte zu Rheuma gesucht - Symmetrische Lipome - Nachtfahrbrillen nützen nichts - Video-Kapseln im Darm - Hautkrebs erschreckend häufig - Denksportaufgabe: Lösung - Heilpflanze: Huflattich	

Thema des Monats **10**

Die Hormonersatztherapie bei gesunden Frauen in und nach den Wechseljahren ist heftig ins Gerede gekommen. Anlass ist der teilweise Abbruch einer grossen Studie in den USA. Die Patientinnen sind verunsichert – in der Ärzteschaft wird noch diskutiert.

Gesunder Same des Schwarzkümmels **14**

Die alte Heil- und Gewürzplantze wird wieder neu entdeckt. Besonders das Schwarzkümmelöl hat ein breites Spektrum an positiven Wirkungen. Erkältungen, Atemwegs- und Verdauungsbeschwerden sowie Erschöpfungszustände werden schnell gelindert.



Süßes Gift **18**

Mit zuckrigen Getränken und Speisen werden schon die Geschmacksnerven der Kleinsten überreizt. So wird ein übermässiger Konsum von Süßem mit all seinen schädlichen Folgen vorprogrammiert.

Auf den Spuren Alfred Vogels **20**

Gerda Sörensen, Bioforce Dänemark, fand in einem Indianerreservat in Dakota die Nachkommen des Sioux-Häuptlings, der Alfred Vogel die Echinaceasamen schenkte.

Gesunder Genuss in Rot **24**

Randen oder Rote Beete sind eine typische Winterfrucht, die immer noch unterschätzt wird.

Riechen und Schmecken im Alter **26**

Was Geruchs- und Geschmackssinn für uns bedeuten und was man tun kann, um noch im Alter gut riechen und das Essen geniessen zu können.

Zweite Leserreise nach Indien **30**

Auf dem Speiseplan **31**

Was? Warum? Wie? ◆ Gesundheitsforum **32**

Leserforum **33**

News/Impressum **36**

GN-Themen im nächsten Monat

Gesichtsdiagnose

Mandeln – raus oder drin lassen?

Come-back der Eier

Wellness im Thüringerwald

Keine Angst vorm Zahnarzt