

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 66 (2009)  
**Heft:** 4: Starkes Herz

## 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:** 14.01.2026

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

## Inhalt / Vorschau



10

### Naturheilkunde & Medizin

- Starkes Herz 10

Als fast unermüdlicher Motor des Lebens und mehr als das, hat unser Herz ein wenig Pflege verdient. Was es krank macht – und was es gesund hält.

### Natur & Umwelt

- Tiere, die sich selbst verarzten 16

Tierisch intelligent: Wildtiere schützen und heilen sich aktiv – mit «Naturmedizin».

### Körper & Seele

- Hilfe bei chronischem Tinnitus 20

Erleichterung und Besserung bei dem oft quälen- den Leiden – ein Erfahrungsbericht.

- Editorial 5  
Fakten & Tipps 6  
Buchtipp 6

### Ernährung & Genuss

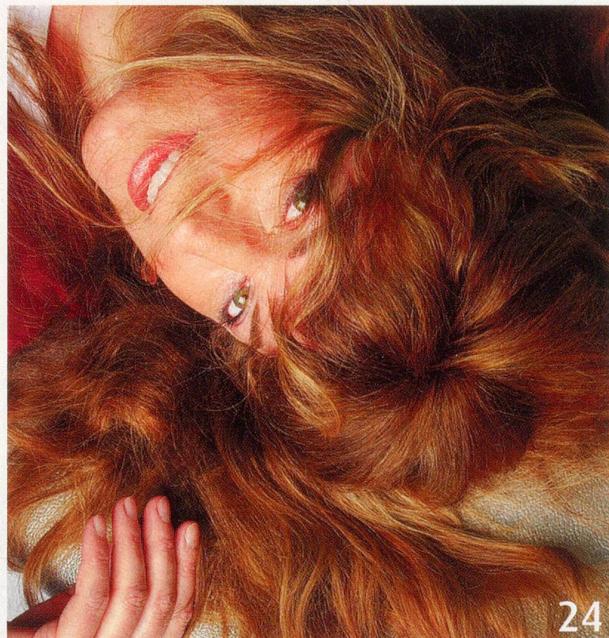
- Hirse macht schön 24

Mineralstoffreichstes Getreide und natürliches Schönheitselixier für Haut und Haar.

### Lebensfreude & Wellness

- Frühlingsblumen für die Haut 28

Kosmetiktipps für die schönste Jahreszeit.



24

### Nächsten Monat

SOS für Frauenherzen  
Natürliche Hausapotheke für Vierbeiner  
Ein starkes Stück Brot

- Treff & Talk 31  
Impressum 37  
Anzeigen & Adressen 38

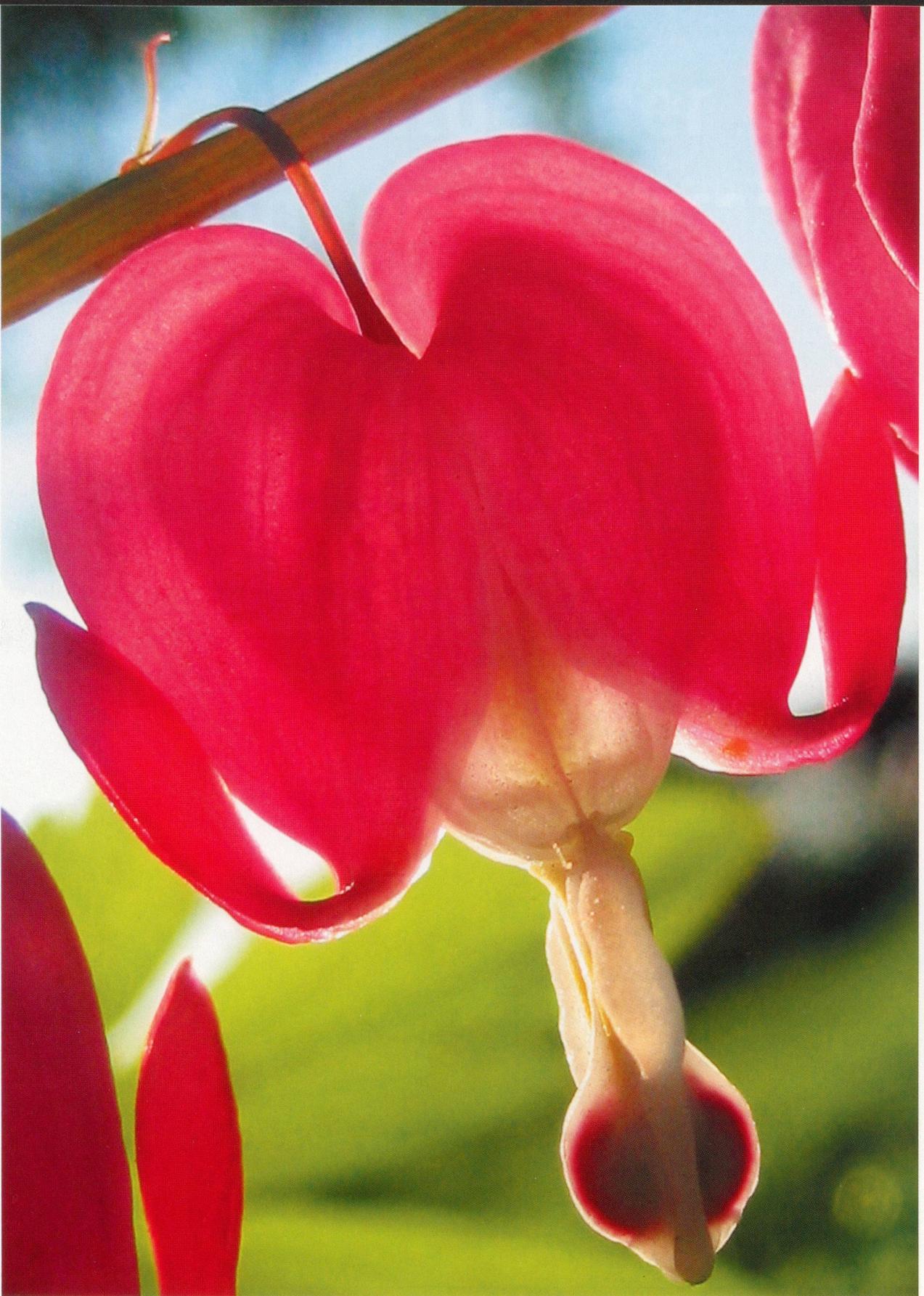


Bild des Monats: Lebendiges Herz