

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 66 (2009)  
**Heft:** 6: Fürs Herz aktiv werden

## **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**

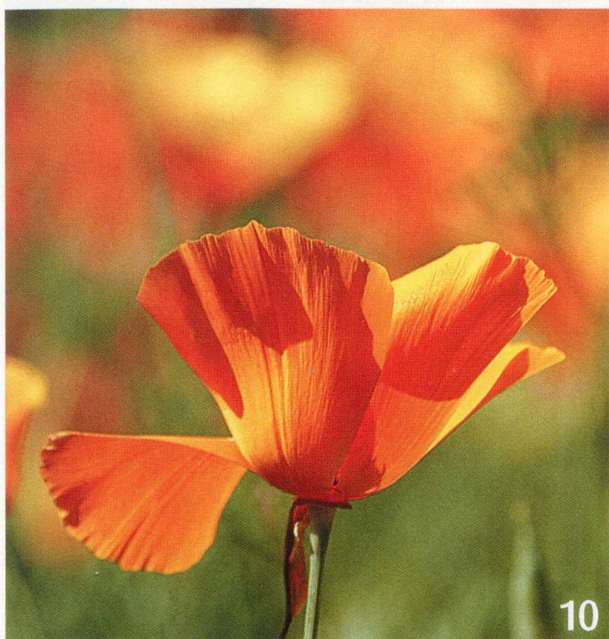
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 19.02.2026

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



## Inhalt / Vorschau



10

### Naturheilkunde & Medizin

#### Von Schlafmützchen und anderen ... 10

...indianischen Heilpflanzen, die auch in der Apotheke der Europäer Furore machten.

#### Aktiv gegen Herzkrankheiten 15

Das Leben im Überfluss gefährdet unser Herz und unsere Gefäße. Was hilft? Bewusst leben und sich bewegen! (Teil 3 unserer Herz-Serie)

### Lebensfreude & Wellness

#### Unbesorgt in die Luft gehen 20

Über den Wolken unterwegs? Bei Flugreisen sollten Sie gesundheitlich vorsorgen, damit die Ferien ungetrübt beginnen können.

### Körper & Seele

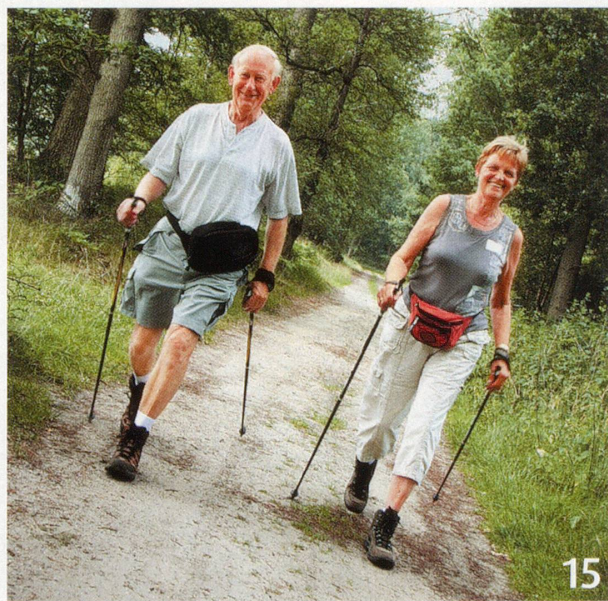
#### Die terzStiftung stellt sich vor 25

Für die Zeit der Pensionierung vorsorgen, im Alter gesund und selbstständig bleiben, sicher leben und wohnen: Dafür bietet eine gemeinnützige Stiftung Hilfe und Beratung an.

### Natur & Umwelt

#### Die Wundheilerin 28

Die Ringelblume ist die Heilpflanze des Jahres 2009 – und eine mit Zukunft.



15

### Nächsten Monat

Herzschwäche: Vorbeugung und Therapie mit Weissdorn (Teil 4 der Serie)

Männer-Leiden: Prostatitis

Sich glücklich essen – geht das?

Editorial	5	Treff & Talk	31
Fakten & Tipps	6	Impressum	37
Buchtipp	6	Anzeigen & Adressen	38





**Bild des Monats:** Indianerheilpflanze Sonnenhut