

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 67 (2010)  
**Heft:** 1: Salutogenese  
  
**Register:** Sachregister 2009

#### **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:** 10.01.2026

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

Stichwort	GN-Ausgabe/Seite	
<b>A</b>		
A.Vogel «AugenLicht»	3/24	Bad Ramsach 7-8/26
A.Vogel, Auszeichnung für	12/7	Badesalz 12/28
A.Vogel Brot	5/20, 7-8/8	Bauchfett, besitzt Organwirkung 3/10
A.Vogel «Harmony Plus»	3/25	Bauchumfang, und Testosteron 6/7
A.Vogel Kochbuch, Englisch und Französisch	9/7	Behaarung der Arme 1/32
A.Vogel «Natural Beauty»	3/22	Bergahorn, Baum des Jahres 1/8
A.Vogel, neue Bonbons	4/7	Besenreiser 7-8/31
A.Vogel, neue Nahrungs- ergänzungsmittel	3/22	Behandlung von Grippe und Erkältung 1/15
A.Vogel Rheuma-Tabletten, Verträglichkeit	2/31	Bewegung, Auswirkung auf Herz und Kreislauf 6/15
A.Vogel «VerdauungsWohl»	3/26	Biodiversität, im Weinberg 9/27
ABC, der Ernährung für gute Laune	7-8/16	Biokinematik, bei Migräne 2/21
ABI, Knöchel-Arm-Index	10/12	Biokost, höhere Werte an sekundären Inhaltsstoffen 6/8
Acer pseudoplatanus	1/8	Blumenuhr 5/24
Ärztinnen, behandeln anders	5/14	Blutgefäße, und Schlaf 9/8
Aknebehandlung, während Schwangerschaft	1/31	Bluthochdruck 4/11
Alcedo attis	2/7	BMI, das richtige Mass? 3/10
Allergien	2/10	Bodenleben 9/27
Allergieprävention	2/14	Bodyguards im Winter 1/15
Alterszittern	12/32	Braunbär, Tier des Jahres 5/9
Amalgam-Allergie	1/33	Büros, begrünte 3/27
Analthrombosen	11/31	Broken-Heart-Syndrom 7-8/12
Anbau, ökologischer	9/27	Brot, Vollkorn nach A.Vogel 5/20
Anti-Alzheimer-Buch, Buchtipp	11/6	
Anti-Herzinfarkt-Ernährungsbuch, Buchtipp	5/6	<b>C</b>
Aprikosen-Maske	5/28	Calendula officinalis 1/9
Aquakulturen	12/22	Cimicifuga racemosa 6/14
Aromachologie	12/14	COPD, Lungenkrankheit 11/10
Arteriosklerose	4/11	Crataegus 7-8/12
Arthritis, Vitamin D-Mangel	11/7	Curcuma, bremst Fettzellen 9/6
Asthma, und Feinstaub	12/8	Curcuma, stärkt Zellmembran 7-8/7
Asthma, bei Kindern und Jugendlichen	10/18	Cydonia oblonga 9/24
Asthma, mit Sport bändigen	10/7	
Asthma, und Gewitter	10/6	<b>D</b>
		Darm, und Spülmittel 2/6
		Darm, im Dauerstress 12/10
		Darmdivertikel 4/33
		Darmflora 7-8/31
		<b>E</b>
		Echinacea purpurea 6/11
		Echinacea, bei Tieren 5/18
		Eisvogel, Vogel des Jahres 2/7
		Erholung, wenig gefährdet die Leistungsfähigkeit 6/8
		Erkältungsbad 12/28
		Erkältungsvorsorge 1/15
		Ernährung, optimale für Sportler 1/10
		Eschscholzia californica 6/12
		Essen, gemeinsam gesünder 5/8
		Essen, und Stimmung 7-8/14
		<b>F</b>
		Fachklinik Hofheim 2/16
		Fettsäuren, Omega-3 11/20
		Fersensporn 10/31
		Fibromyalgie richtig behandeln, Buchtipp 9/6
		Fibromyalgie 9/10
		Finger, eingeschlafene 10/33
		Finger, schnellender 11/31
		Finger, steife, schmerzende 9/32
		Fisch, gesundheitliche Vorteile 11/20
		Fisch, und Umwelt 11/20
		Fischfang, in Norwegen 12/20
		Fischführer 11/23
		Flachwarze 7-8/32
		Flecken, an den Fingernägeln 10/32
		Floating 1/22
		Flohsamen, bei Reizdarm 12/7, 12/12
		Flugreisen, und Gesundheit 6/20
		Frauen, stärkeres Immunsystem 12/6
		Frauenherzen, SOS für 5/10
		Fussballen, Beschwerden am 10/32

<b>G</b>					
Gartenrotschwanz, Vogel des Jahres	2/7	Herzgesundheit, Serie Teil 2	5/10	Konzentration, verbessert durch Kritzeln	6/6
Gebirgsklima, schützt Gefässe	12/9	Herzgesundheit, Serie Teil 3	6/15	Kopfhaut, juckende	3/32
Curcuma, bremst Fettzellen	9/6	Herzgesundheit, Serie Teil 4	7-8/10	Koronare Herzkrankheit	4/13
Gelbwurz, stärkt die Zellen	7-8/7	Herzinfarkt	4/14	Körperweisheit, Buchtipp	7-8/6
Gelenkbeweglichkeit	12/30	Herzinfarkt und Sexualität	6/19	Kosmetik, Tipps	4/28
Gelenkverschleiss, durch Hormone	11/8	Herzinfarkt, Alarmsignale	5/13	Krampfadern, neue OP-Methode	2/34
Geschlechterunterschiede, medizinische	5/10	Herzinsuffizienz	4/14, 7-8/11	Kräuter, selbstgemachte Geschenke	12/28
Gesundheits- und Bewegungstag		Herzkrankheiten, aktiv gegen	6/15	Krebszellen mögen keine	
Teufen	6/35, 7-8/35	Herzkrankheiten, Risikoreduktion	6/16	Himbeeren, Buchtipp	3/6
Gewicht, richtiges	3/10	Herzkrankheiten, welche Sportart	6/19	Kritiker, innerer	10/14
Ginkgo, stärkt Gedächtnis	3/8	Herzleiden, Symptome bei		Kürbis-Maske	5/28
Ginkgo, bei Tieren	5/19	Frauen	5/10	Kuhmilch, als Lebensmittel	9/18
Ginseng	6/12	Herzschwäche, Behandlung		Kurse, in Roggwil	7-8/36
Gipfeli, Vollkorn-, nach A.Vogel	5/20	mit Weissdorn	7-8/10	Kurse, in Teufen	4/36, 5/35
Glucosamin, bei Tieren	5/16	Hirse, macht schön	4/24		
Goldmelisse	6/12	Hitzespray	4/31, 9/33	<b>L</b>	
Goldmohn, kalifornischer	6/12	Hitzewallungen	4/32	Lagerschwindel	3/33
Grillen, Krebsrisiko	7-8/9	Honig, gegen Bakterien	4/7	Laktose-Intoleranz	12/17
Grippe, Sportpause nach	11/6			Landkartenzunge	12/32
<b>H</b>				Leserbriefe	2/35
Haarausfall	6/32	Immunsystem, stärker bei Frauen	12/6	Leserforum-Galerie 2010	9/22
Hände, feuchte	12/31	Ist dieses Buch ansteckend?		Leserumfrage 2009	4
Harissa, selbstgemacht	12/29	Buchtipp	1/6	Leserumfrage 2009, Auswertung	
Hausfrauen, unter Stress	10/9	Jahreszeiten, beginnen früher		10/35	
Haushaltsbudget, und Umwelt	5/6	Jetlag, Gehirn ausser Takt	6/24	Linné, Carl von	5/24
Haut, unreine	4/31	Jucken am Körper	4/31	LOHAS	3/14
Heilen mit Bewegung, Buchtipp	4/6			Lorbeer	2/28
Heilen mit der Kraft des Meeres, Buchtipp	6/6	<b>K</b>		Lungenkrankheit COPD	11/10
Heilpflanzen, indianische	6/10	Kälteempfindlichkeit	3/33		
Heilsames Schweben, Floating	1/22	Kinder, wenig Bewegung	12/8	<b>M</b>	
Herpes, auch in Textilien	9/7	Klangmassage	2/16	Madagaskar	7-8/23
Herz, gebrochenes	7-8/12	Klimawandel, schwarze Schafe		Männer, schwächeres Immun-	
Herzgesundheit, Serie Teil 1	4/10	seltener	10/8	system	12/6
		Klopftechnik	9/14	Männer-Leiden Prostatitis	7-8/18
		Kniebeschwerden	3/31	Mandelentzündung, chronische	
		Knöchel-Arm-Index	10/12	2/33	
		Konsumenten, strategische	3/14	Medizin für Tiere	5/15
				Meere, pH-Wert und Schall	1/8
				Meridian-Energie-Technik	9/14
				Migräne, Biokinematik	2/21
				Milch, meiden oder geniessen	
					9/18

Milchzucker, Unverträglichkeit	
	12/17
Mittelmeerküche	3/13
Monarda didyma	6/12
Mood food	7-8/14
Musik, schützt das Herz	2/6
Muskelhärten	1/33
Muskelkater	9/31
Myogelosen	1/33

**N**

Nachhaltigkeit, und gesundes Leben	3/14
Nahrungsergänzungen, von A.Vogel	3/22
Naturfasern	11/24
Naturheilkunde, für Tiere	4/17
Naturkosmetik mit Obst	5/27
Natürlich gesund, Buchtipps	4/8
Negative Erlebnisse, weniger Belastung im Alter	5/8
Nematoda, Fadenwürmer	9/28
Nepal, Trekking in	11/28
Nerv, eingeklemmter	9/32
Nordic Walking, bei Parkinson	4/6

**P/Q**

Panax ginseng	6/12
Paralympics, Peking 2008	9/35
Parkinsonkranke, Gruppe	7-8/6
pAVK	10/10
pAVK, Stadien	10/11
Pfirsich-Maske	5/28
Pflanzen, angeborenes Immunsystem	11/9
Phoenicurus phoenicurus	2/7
Phytotherapie, für Tiere	5/15
Physiotherapie, mit ganzheitlichem Konzept	11/14
Placebo, Abenteurer sprechen besser an	9/8
Plantago ovata	12/7
Privatklinik Baden, Bad Krozingen	4/20

Prostatabeschwerden, Zusatzbehandlung	5/31
Prostatitis	7-8/18
Quitten	9/24

**R**

Radmarathon	10/27
Raucherhusten	11/10
Reiseübelkeit	6/21
Reizdarm	12/10
Reizdarm, Flohsamen bei	12/7, 12/12

Rezepte:	
Avocado-Ziegenkäse-Crostini	3

Bärlauchrösti mit Büffelmozzarella überbacken	4
Curry-Zitronengras-Suppe	2

Fenchelcarpaccio	12/35
Gebratene Steinpilze	

mit Polentacreme	1
Geeiste Rhabarbersuppe	5

Geschmorte Gemüse	
à la Grecque	7-8

Gewürz-Hirsepudding	10
Kalte Kartoffelsuppe	

mit Saiblingstatar	6
Karotten mit Oliven-	

Petersilien-Pesto	7-8
Kastaniencreme	10

Kräuter-Schlutzkrapfen	4
Möhrenküchlein mit Feta	

und Oliven	3
Petersilienroulade	9

Rahmkohlrabi mit Rosenkohlblättern	1
Saibling in der Folie	12/36

Sammetsuppe	2
Waldmeister-Mousse	

mit Beeren	5
Ziegenkäse im Briketts mit Feigen-Nuss-Salat	11/35

Ringelblume, Heilpflanze des Jahres	1/9
Ringelblume, Wundheilerin	6/28

**S**

Sachregister 2008	1
Samadhibad	1/23, 1/24

Sauerkraut	12/24
Säuglingsnahrung, Eiweissgehalt beeinflusst Gewicht	9/9

Sauna	2/25
Saunaregeln	2/27

Schabziger	10/24
Schaufensterkrankheit	10/11

Schlafkissen	12/29
Schmauen, richtiges Kauen	3/18

Schneeschuhwanderung	1/18
Schreibwettbewerb, Aufruf	1/35

Schreibwettbewerb, Gewinner	
7-8/27	

Schwellungen an den Füßen	5/32
Sinusitis, Honig gegen Bakterien	4/7

Snowboarding, Gleichgewicht und Mut	12/27
Solarkocher	7-8/23

Sonnenbaden, gegen Thrombose	6/7
SOS für Frauenherzen	5/10

Speichelbluss bei Kleinkind	
7-8/32	

Spiraldynamik	11/14
Sportarten, geeignete für Herz-Kreislauf-Training	6/18

Sport, richtige Ernährung	1/10
Sporterlebnis Wandern	7-8/28

Star-Operation	4/33
Stressbewältigung, durch freies Spiel	11/8

Street food, schnelle Happen aus aller Welt	2/20
T	

Taillenumfang, als Gesundheitsfaktor	
3/10	

Tal des Lichts, Winterwanderung	
1/18	

Terzstiftung, stellt sich vor	6/25
Gesundheits-Nachrichten	

## Sachregister 2009

Teufelskralle, bei Tieren	5/17
Thromboserisiko	6/7
Tiere, die sich selbst verarzten	4/16
Tinnitus, chronischer	4/20
Tinnitus-Behandlung, Klinik Bad Krozingen	4/20
Traubensilberkerze	6/14
Trekking, in Nepal	11/28

### U/V

Unruhe, innere	9/32
Val Lumnezia, Winterwanderung	1/18
Vitamine, natürliche wirken besser	5/7
Vogel Andrea, Auszeichnung	3/9
Vogel Andrea, Orion-Tour	2/8
Vollkornbackwaren nach A.Vogel	5/20
Vorbeugung, bei Erkältung und Grippe	1/15
Vorderfuss, schmerzender	7-8/32

### W

Waldgeister auf Wanderwegen, Wildkatzen	1/25
Wandern und geniessen im Winter, Buchtipp	12/6
Warzen	10/31
Was die Liebe braucht, Buchtipp	10/6
Weinbau, ökologischer	9/27
Weissdorn, Herzstärkung mit	7-8/12
Weisskraut	12/24
Wildkatzen, in Schweizer Wäldern	1/25
Wildtiere, benutzen Heilpflanzen	4/16
Wintervergnügen	11/17
Winterwanderung	1/18
Wohlbefinden, tägliches	3/26
Wundschmerzen nach Knie-OP	5/32

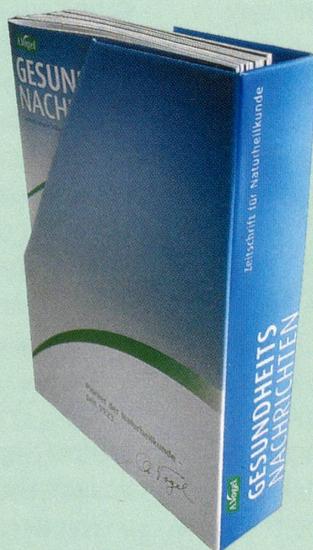
### Z

Zahnbürste, nach Infekten auswechseln	1/6
Zahnfleischprobleme	2/32
Zehennagel, eingewachsener	1/31
Zimmerpflanzen	3/27
Zitronenmelisse, gegen Herpes-Viren	3/7

## Personalien 2009

Name	GN-Ausgabe/Seite
Franke Rainer, Diplompsychologe	9/20
Hiestand, Fredy	5/22
Hofferberth, Lissy, Aromachologin	12/14
Künzli René und Silvia, Stifterpaar	
Terzstiftung	6/27
Packi, Dr. Walter	2/21
Schilling, Jürgen, Schauspieler und Autor	3/18
Schmidt, Hans-Peter, Leiter Deli- nat-Institut f. Ökologie	9/27
Stiel, Jörg	7-8/8
Vogel, Andrea	2/8, 3/9
Volk, Prof. Stephan, Fachklinik	
Hofheim	2/19
Weber, Darius, Wildkatzen- forscher	1/25

## Praktische GN-Sammelbox



für einen kompletten Jahrgang der «Gesundheits-Nachrichten»

CHF 6.50/EUR 3.85