

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 67 (2010)  
**Heft:** 9: Wenn man sein Leben vergisst

## 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:** 25.01.2026

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

## NATURHEILKUNDE &amp; MEDIZIN

## Wenn man sein Leben vergisst

Wir werden immer älter – und die Anzahl der Demenzerkrankungen steigt. Der Blick der Gesellschaft auf diese Krankheiten muss sich ändern.



## KÖRPER &amp; SEELE

## Bewegung gegen Demenz

Körperliche Bewegung bringt auch den Geist in Schwung. Sport senkt das Risiko, an einer Demenz zu erkranken und fördert das Gedächtnis.

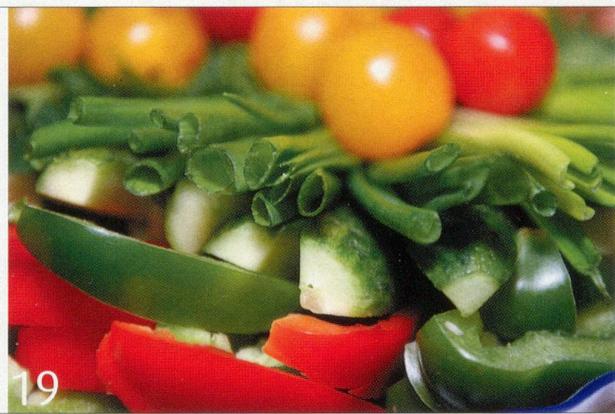


16

## ERNÄHRUNG &amp; GENUSS

## Futter fürs Gedächtnis

Jeder einzelne kann seine geistige Leistungsfähigkeit durch eine gesunde Lebensweise positiv beeinflussen.



19

## LEBENSREUDE &amp; WELLNESS

## Duftende Umarmung 22

Verwirrt, traurig, aggressiv, unsicher: Natürliche ätherische Öle schenken auf sanfte Art mehr Wohlbefinden.

## NATURHEILKUNDE &amp; MEDIZIN

## Muskeldysbalancen 26

Einseitig geforderte Muskeln – das bedeutet Beschwerden.

## RUBRIKEN

Buchtipps 6  
Fakten & Tipps 7  
Leserforum 31  
Vorschau/Impressum 34  
Anzeigen & Adressen 38



Blume des Jahres: Sibirische Schwertlilie