

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 67 (2010)  
**Heft:** 10: Pilze mit Heilkraft

## 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:** 11.01.2026

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

## NATURHEILKUNDE &amp; MEDIZIN

**Pilze mit Heilkraft**

Heil- und Vitalpilze eignen sich zu therapeutischen Zwecken und zur Prophylaxe. Shiitake, Maitake und Reishi gehören zu den wissenschaftlich am besten untersuchten Pilzen.



10

## KÖRPER &amp; SEELE

**Der Stressfalle entkommen**

Stress ist und bleibt ein Thema – nicht nur in der Arbeitswelt. Fachleute setzen auf bewährte Therapieformen und neuartige Stress-Reduktions-Methoden.

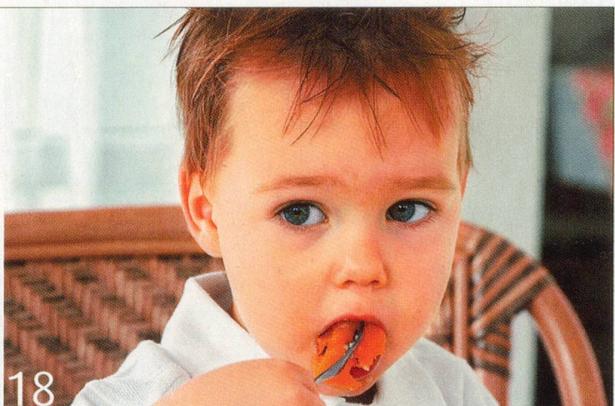


14

## NATURHEILKUNDE &amp; MEDIZIN

**Nicht zu wenig, nicht zu viel**

Eisen ist ein schwieriges Spurenelement. Einem Mangel sollte man vorbeugen, eine Überdosierung kann schaden. Tipps zum richtigen Umgang mit dem «Spurenelement fürs Blut»..



18

## LEBENSFREUDE &amp; WELLNESS

**Ayurveda im Jura 22**

Entspannen, geniessen und heilen: Im kleinen Ayurveda-Hotel «Le Cocon» sind Profis am Werk.

## ERNÄHRUNG &amp; GENUSS

**Ab in die Pilze!**

Steinpilze und Kräuterseitlinge versprechen herbstliche Gaumenfreuden.

## RUBRIKEN

Fakten & Tipps 6  
Buchtip 6  
Leserforum/Leserbriefe 31  
Vorschau/Impressum 34  
Anzeigen & Adressen 38

