

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 67 (2010)  
**Heft:** 12: Zelltod : lebenswichtig!

## **Werbung**

### **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:** 22.02.2026

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

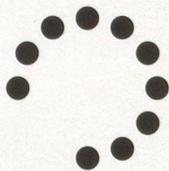
## Elektromobil Pony

stark, sicher, innovativ  
führerscheinfrei, sicher und  
komfortabel auf 4 Rädern



**Prospekte / kostenlose Probefahrt**  
**Lukas Jenni GmbH**

Im Gstein  
CH-8424 Embrach  
**Tel. 044 876 04 07**  
[www.lukas-jenni.ch](http://www.lukas-jenni.ch)



Bitte kostenlosen Prospekt schicken an:

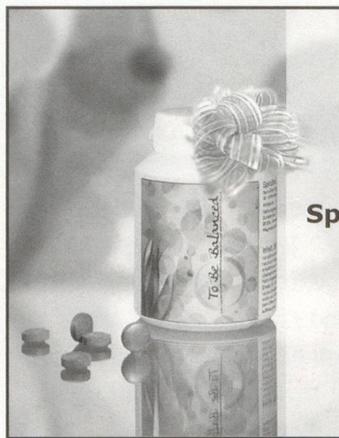
Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ / Ort:

Telefonnummer:



Einmal  
anders  
schenken!

**Spirulina Pacifica®**

[www.tobebalanced.com](http://www.tobebalanced.com)  
info@tobebalanced.com  
+41 52 5115056  
+49 7731 9390360

## Anders Denken in der Schmerztheorie (Klinik für Biokinematik)



Müssen OP's wegen Bandscheiben sein?!

z.B.

- z.B. Bandscheiben-OP
- z.B. HWS-OP
- z.B. Knie-OP
- z.B. Schulter-OP
- z.B. ...
- z.B. OP nur wegen Schmerzen

Die Biokinematik eröffnet völlig neue Möglichkeiten der Behandlung.  
Man muß die *Logik des Schmerzes* verstehen.

z.B. bei

- Migräne
- unruhige Beine (restless legs)
- Schleudertrauma
- Asthma bronchiale
- eingeschlafene Hände/Beine
- usw.



**Walter Packi**  
Arzt für Allgemeinmedizin

Klinik für Biokinematik  
Heribert-Hellmann-Allee 29-31  
D-79189 Bad Krozingen  
bei Freiburg  
Tel. 0049-(0)7633/93321-0  
Fax: 0049-(0)7633/93321-99

Praxis für Biokinematik  
Böttingerstr. 38  
D-79111 Freiburg  
Tel. 0049-(0)761-383037  
Fax. 0049-(0)761-383047

Informieren Sie sich: home: [www.biokinematik.de](http://www.biokinematik.de)  
mail: [info@biokinematik.de](mailto:info@biokinematik.de)

## Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler

### Öffentlicher Vortrag

Montag, 17. Januar 2011, 19.45 Uhr

**Schmerz und Schmerzphänomen:  
Die richtige Anwendung der Schüssler-Salze  
und Pflanzenheilkunde**

**Referent: Friedemann Garvelmann, Heilpraktiker**

im Vereinshaus Glockenhof, Sihlstrasse 33, 8001 Zürich

Eintritt: Fr. 18.–, Mitglieder: Fr. 8.–

## Fastenwandern

im Wunderland Schweiz  
mit Maya + Liselotte

...fröhlich-gesunde Wochen unter kundiger Leitung in prächtigen Wandergebieten... entspannen, entschlacken, Gewicht verlieren, Vitalität gewinnen!

März, Mai, Juni, Juli, Sept., Okt.

Verlangen Sie Gratisunterlagen bei:

**Maya Hakios**, Fastenwandern GmbH  
Manzenweg 19, CH-8269 Fruthwilen

Telefon 071 664 25 29, [www.fastenwandern.ch](http://www.fastenwandern.ch)

### Vitalpilze, in Bio-Qualität, die Kraft der Natur

In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) spielen die Vitalpilze schon seit vielen Jahrhunderten eine grosse Rolle in der Gesundheitsvorsorge.

Vitalpilze wirken ganzheitlich,  
individuell und vollkommen  
natürlich!

Gratisberatung bei Bio-Myko-Sana,  
[www.bio-myko-sana.ch](http://www.bio-myko-sana.ch),  
[info@bio-myko-sana.ch](mailto:info@bio-myko-sana.ch)  
Tel. 081 758 01 36

# Natur pur



Nuxo Mandel Purée, ein wertvolles Naturprodukt ohne Zusatzstoffe

#### Gesundheit plus

- Reich an ungesättigten Fettsäuren und Proteinen
- hoher Magnesiumgehalt
- enthält wichtige Mineralstoffe
- schonend hergestellt aus geschälten, ungerösteten kalifornischen Süßmandeln

#### Multitalent im Einsatz

- optimaler Ersatz für Milch
- Bircher Müesli
- Drinks
- Saucen und Mayonnaisen
- Desserts
- Sandwiches

Weitere Infos und Rezeptbroschüren bei:

Valora AG  
Valora Trade Switzerland  
4623 Neuendorf  
Tel. 058 789 41 41

Enthält die natürlichen Vitamine E, B1 und B2

## SOGlio

Gepflegt mit der Kraft der Berge



«In den Bergen des Bergells wollen wir Produkte schaffen, die in ihrer Art hervorragend und einzigartig sind und damit wirtschaftliche Aktivitäten entfalten, die dem Tal in seiner Besonderheit angemessen sind.»

Verlangen Sie  
unsere Dokumentation.

[www.soglio-produkte.ch](http://www.soglio-produkte.ch)

## SCHÖPF STUHL®

Freies Sitzen

Die Lösung für Ihre  
Rückenprobleme!  
Weil Sie hier automatisch richtig sitzen.



Hermann Schöpf  
Physiotherapeut  
8345 Adetswil  
Tel. + Fax 044 939 3120  
[info@schoepf-design.ch](mailto:info@schoepf-design.ch)

[www.schoepf-design.ch](http://www.schoepf-design.ch)

# Schweizer Wanderwochen

**Seit 21 Jahren  
erleben – erholen – aktiv sein**

**Leitung:** Dr. med. Peter Meier-Schlittler, Allgemeinmedizin FMH  
Wallisellerstr. 11, 8152 Glattbrugg  
Telefon: 044 810 22 12 oder 055 412 47 73  
[www.schweizer-wanderwochen.ch](http://www.schweizer-wanderwochen.ch)

**A) Von Gspon nach Zermatt:** Hochtourenwoche. Von der wunderschönen Aussichtsterrasse aus, im romantischen Gspon, starten wir unsere Woche. Auf dem Höhenweg zum Kreuzboden sind uns die Mischabel-Gruppe auf der gegenüberliegenden Talseite, der Mattmarkstausee am Talende mit dem Monte-Moro-Pass stete Begleiter. Langsam lassen wir den Alltag mit den vielen unnötigen «Neuigkeiten» hinter uns: Wir kommen zu uns selbst. Durch eine imposante Gletscherwelt mit drei tollen Aussichtsplattformen – Weissmies, Strahl- und Allalinhorn – kehren wir über die Täschhütte und die wild-romantische Landschaft der Fluhalp langsam wieder zurück in den Alltag

**Datum:** Sonntag, 10.7., bis Samstag, 16.7.2011

**B) Auf den Spuren der Walser – ein Weg in die Freiheit?**

Im 13. Jh. – im ausklingenden Mittelalter – setzte im Alpenraum eine «Völkerwanderung» ein, deren Bedeutung für die Schweiz wenig bekannt ist: die Besiedelung vieler Alpenhochwälder durch die Walser. Bevölkerungsdruck, mangelndes Weideland und der Drang, das Leben in der erniedrigenden Abhängigkeit der Leibeigenschaft gegen ein Leben in Freiheit zu tauschen, bewogen damals Teile der deutschsprachigen alemannischen Bevölkerung des Wallis, Alpenhochwälder zu besiedeln. Von den «Grundeigentümern» dieser Hochwälder – den Lehensherren – erhielten sie im Gegenzug für die harten und schwierigen Lebensumstände, Freiheits- und Unabhängigkeitsrechte – schon vor 1291 –, welche für die Zeit einmalig waren: eine spannende und beeindruckende Geschichte, deren Spuren wir zu folgen versuchen. Die Geschichte eines Weges in die Freiheit?

**Datum:** Sonntag, 28.8., bis Samstag, 3.9.2011

**C) Obwaldner Höhenweg** mit Barbara Odermatt: Wir beginnen den Obwaldner Höhenweg auf dem Gipfel des weltbekannten Pilatus (2132 Meter), den wir mit der steilsten Zahnradbahn der Welt von Alpnachstad aus erreichen und wo wir die erste Nacht im Hotel Pilatus Kulm verbringen. Nun beginnen wir den prachtvollen Panoramaweg hoch über dem Sarnersee. Der Blick auf unzählige Alpengipfel und über ein Dutzend Alpenrandseen wird uns während einer Woche begleiten. Über Lungern-Schönbüel, Brüningpass und Aelggialp, den geographischen Mittelpunkt der Schweiz, und schliesslich Melchsee-Frutt erreichen wir nach einer Woche das Stanserhorn und stehen wieder unserem Ausgangspunkt, dem Pilatus, genau gegenüber.

**Datum:** Sonntag, 4.9., bis Samstag, 10.9.2011

#### Auskunft und Unterlagen:

**A) + B):** Dr. med. Peter Meier-Schlittler, Allgemeinmedizin FMH  
Wallisellerstrasse 11, 8152 Glattbrugg / Telefon: 044 810 22 12  
oder: 055 412 47 73 / [www.schweizer-wanderwochen.ch](http://www.schweizer-wanderwochen.ch)

**C):** Barbara Odermatt, Wanderleiterin, Mittel Hächlisberg,  
6383 Dallenwil NW, Telefon: 041 628 22 23 / 079 257 55 99 oder  
[www.schweizer-wanderwochen.ch](http://www.schweizer-wanderwochen.ch)

The WiWo logo features a stylized flower above the word 'wiwo' in a lowercase, rounded font. A curved line above the 'i' contains the word 'WICKEL'. To the right of the logo is a white, pleated health wrap (wickel) next to a small sprig of mint.

[www.wiwo-wickel.ch](http://www.wiwo-wickel.ch)

**Die praktische Gesundheits-Wickel-Tasche**

## SCHUTZ VOR ELEKTROSMOG

Verlangen Sie Unterlagen oder informieren Sie sich auf [www.coufal.ch](http://www.coufal.ch)

**COUFAL**  
ELECTRONICS Tel. 071 891 41 40

## «Chrüter» - und Botanik-Reisen 2011

Der fröhliche Dialog mit der Natur unter der Leitung von Heilpflanzekundigen sowie Botanikern nach:

Andalusien (März), Zypern (April),  
Madeira (April), Bulgarien (Mai),  
Stelvio Nationalpark Val Martello  
(Juni), Val Surses (Juni), Provence (Juli)

Gerne senden wir Ihnen den neuen Katalog:

**ARCATOUR**  
sinnvoll reisen

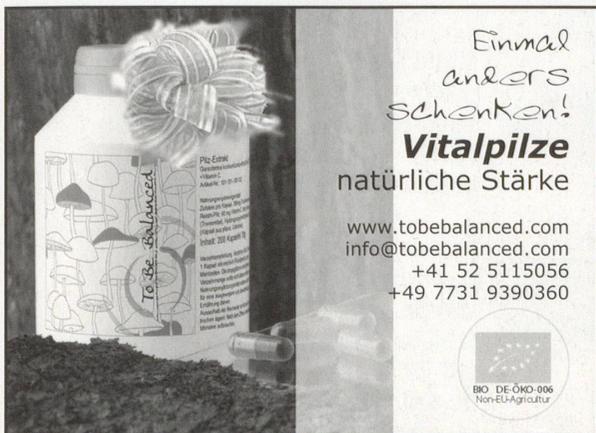
Postfach, 6301 Zug  
Tel. 041 729 14 20  
[www.arcatour.ch](http://www.arcatour.ch)



Müde, matt und schlapp?



Buchingerfasten, Obstfasten, Basenfasten,  
Jentschura's Basenkur Regenata  
Überlingen am Bodensee · Kneipp- & Vital-Hotel Röther  
[www.bodenseekur.de](http://www.bodenseekur.de) · Tel. + 49 (0) 7551/92240



## Blutsalzkur Regena®

Unsere Blutsalzkur ist eine wirksame Hilfe bei ...

- ◆ Wechseljahrbeschwerden
- ◆ Rheuma/Gicht
- ◆ chronischer Müdigkeit
- ◆ Venenleiden usw.

Vertrauen Sie auf dieses wirksame und erprobte Naturheilmittel. Regena® unterstützt die Stoffwechselreaktionen und fördert die Entgiftung des Körpers.

Appenzeller Naturheilmittel.  
Lassen Sie sich von uns beraten!

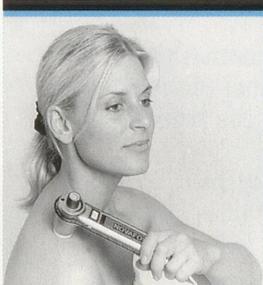
**drogerie sonderegger, 9042 speicher**  
Meinrad Sonderegger, eidg. dipl. Drogist  
kant. appr. Naturheilpraktiker  
Telefon 071 344 10 22  
[www.drogerie-sonderegger.ch](http://www.drogerie-sonderegger.ch)  
[drogerie@drogerie-sonderegger.ch](mailto:drogerie@drogerie-sonderegger.ch)

## Fasten-wandern zur Zeit der Mandelblüte auf der malerischen Insel Mallorca

Geniessen Sie mit uns den  
vorgezogenen Frühling vom:  
19.2.-26.2.2011, 26.2.-5.3.2011,  
5.3.-12.3.2011

Fasten und wandern macht   
federleicht und frei

**Emanuel Ludi**  
**Telefon 076 570 15 68**  
**[www.fasten-wandern.ch](http://www.fasten-wandern.ch)**



### Es gibt Dinge, die sich lohnen!

Zum Beispiel die Intraschallwellenbehandlung bei Beschwerden wie:  

- Verspannungen
- Sportverletzungen
- typische Altersbeschwerden

mit dem Original NOVAFON Gerät!

Forschungen namhafter Wissenschaftler haben gezeigt, dass die direkte Einwirkung von Schallwellen auf die betroffenen Körperbereiche spürbare Linderung bringen kann. Auf der Grundlage dieser wissenschaftlichen Erkenntnisse ist das NOVAFON Intraschallgerät entstanden.

Die Schallwellen des NOVAFON Intraschallgerätes bewirken eine intensive Tiefenmassage an den behandelten Körperstellen, wodurch die Durchblutung und der Zellstoffwechsel gefördert werden.

**Linderung, Entspannung und Wohlbefinden stellen sich oftmals schon nach der ersten Behandlung ein.** GN 12/10

- Bitte senden Sie mir einen Prospekt
  - Bitte senden Sie mir gegen Rechnung mit Rückgaberecht innert 10 Tagen ein NOVAFON Intraschallgerät:
  - Modell SK1 zu Fr. 290.– (Standardausführung)
  - Modell SK2 zu Fr. 330.– (Luxusausführung mit ausklappbarem Verlängerungsbügel für bequeme Rücken- und Nackenbehandlung)
  - Modell SONOSSAGE zu Fr. 215.– (preisgünstigere Variante in weißem Kunststoff)
- Auch in Apotheken, Drogerien und Sanitätsgeschäften erhältlich.**

Name: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_ Datum: \_\_\_\_\_

**NOVAFON, Forbuelstrasse 21, Postfach, 8707 Uetikon am See,**  
**Telefon 044 920 26 46, Fax 044 920 26 15, [www.novafon.ch](http://www.novafon.ch)**

**A.Vogel**

# Buchtipps

## Jetzt lesen!

**Die besten Bücher sind die beste Gesellschaft.**

**Lord Chesterfield**



### Lob der Krankheit

Warum es gesund ist, ab und zu krank zu sein. Von Bert Ehgartner  
Lübbe Verlag, broschiert, 382 S.  
CHF 25.90/Euro 16.95  
Bestell-Nummer 426



### Schlafen statt Schreien

Das liebevolle Einschlafbuch. 10-Schritte-  
Programm für ruhige Nächte.  
Von Elisabeth Pantley.  
Trias Verlag, broschiert, 174 S.  
CHF 27.50/Euro 17.95  
Bestell-Nummer 427



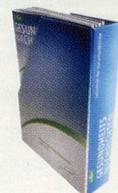
### Natürliche Hormontherapie

Wissenswertes über Hormone.  
Von Dr. med. Annelie Scheuerstuhl und  
HP Anne Hild.  
Aurum Verlag, broschiert, 191 S.  
CHF 23.50/Euro 14.80  
Bestell-Nummer 428



### Les herbes des quatre saisons

52 portraits de plantes médicinales et  
aromatiques avec plus de 250 recettes.  
Verlag A.Vogel, broschiert, 124 S.  
CHF 18.50/Euro 10.45  
Bestell-Nummer 141



### Aktuell: GN-Sammelordner

Für einen kompletten Jahrgang der  
«Gesundheits-Nachrichten»  
CHF 6.50-/Euro 3.85  
Bestell-Nummer 200



### Mood Food – Glücksnahrung

Von Dr. Andrea Flemmer  
Schlütersche Verlagsgem., broschiert, 118 S.  
CHF 20.50/Euro 12.90  
Bestell-Nummer 429



### Nervennahrung

Das richtige Essen für starke Nerven.  
Von Dr. Andrea Flemmer  
Schlütersche Verlagsgem., geb., 128 S.  
CHF 23.90/Euro 12.90  
Bestell-Nummer 419



### Schlank im Schlaf für Berufstätige

Richtig essen macht auch schlank.  
Von Dr. med. Detlef Pape u.a.  
Verlag Gräfe & Unzer, broschiert, 144 S.  
CHF 27.50/Euro 14.90  
Bestell-Nummer 413



### Die 100 gesündesten Lebensmittel

Inhaltsstoffe, Wirkung, Rezepte.  
Von Gabriela Schwarz  
Irisiana Verlag, broschiert, 192 S.  
CHF 38.90/Euro 19.95  
Bestell-Nummer 412



### Vegetalia

Vegetarisch – und echt italienisch.  
Von Ursula Ferrigno  
Hädecke Verlag, broschiert, 224 S.  
CHF 25.90/Euro 16.90  
Bestell-Nummer 430

## So einfach können Sie das gewünschte Buch bestellen:

Bestell-Nummer auf Bestellkarte am Ende des Heftes notieren, Karte ausfüllen und abschicken. Sie erhalten das Gewünschte anschliessend gegen Rechnung (Vorauszahlung ausserhalb Schweiz und Deutschland).

A.Vogel

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

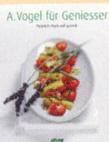
**Das neue Buch von A.Vogel**



Kleine **Outdoor-Apotheke**  
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen

80

**Das A. Vogel Kochbuch:**  
Gesunde, köstliche  
Rezepte.



**A.Vogel für Geniesser**

von F. Häfliiger und  
I. Schindler, gebunden,  
ganzseitige Farbfotos,  
179 S.

CHF 38.00

70

Packender Bericht einer  
Angehörigen.



**Sind Sie meine Tochter?**

von Gabriela Zander-Schneider, broschiert,  
224 S.

CHF 14.50

307

Ein paar Minuten jeden  
Tag.



**Fit im Kopf durch  
Bewegung**

von Petra Mommert-Jauch, broschiert, 95 S.

CHF 20.50

310

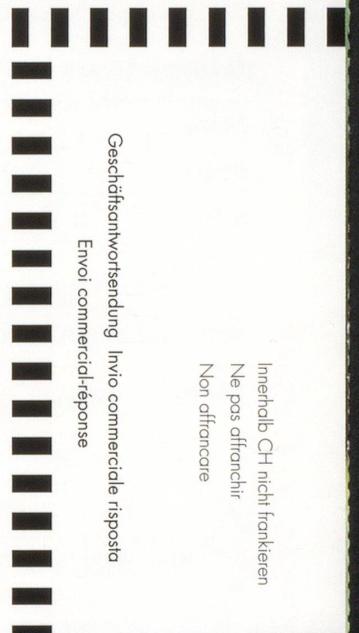
**Bitte benutzen Sie d**

Weitere Buchempfehlungen a

**Gesundheit im Abonnement!**  
11-mal pro Jahr, für nur CHF 39.00

## Bestellkarte

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse



Karte bitte hier abtrennen!

**Auch zum Verschenken!**



Kleine **Outdoor-Apotheke**  
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen

Für alle, die die Natur lieben:  
**«Kleine Outdoor-Apotheke»**  
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen  
für Freizeit, Sport und Reisen

Info: [www.outdoor-apotheke.ch](http://www.outdoor-apotheke.ch)

Bitte nachsenden, neue  
Adresse nicht melden

AZB 9053 Teufen

Liebe Abonnenten

Bei Wohnungs- oder Namenswechsel  
melden Sie uns bitte die Änderung!

Sie erreichen uns unter  
Tel. 071 335 66 66, Fax 071 335 66 88,  
E-Mail: info@verlag-avogel.ch

Herzlichen Dank für Ihre Mühe

## Die Frage an die Mutter: Schon wieder erkältet ?



**A.Vogel**

### Eine Antwort der Natur:

**Echinacea purpurea (Roter Sonnenhut).**

Auf viele Fragen weiss die Natur eine Antwort. So auch, wenn es um die Erkältungsprophylaxe bei Kindern geht.

**Echinaforce® Junior** aus frischem Rotem Sonnenhut. Zur Steigerung der körpereigenen Abwehr sowie bei fiebrigen Erkältungskrankheiten.

Die zahnfreundlichen Lutschtabletten mit Orangen-Aroma eignen sich speziell für Kinder ab 4 Jahren.

SUPPLIER OF



Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.

Bioforce AG, Roggwil TG.

Weitere Informationen auf  
[www.echinaforce-junior.ch](http://www.echinaforce-junior.ch)