

**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>**

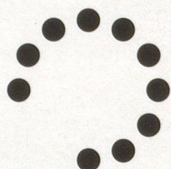


## Elektromobil Pony

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



Bitte kostenlosen Prospekt schicken an:

Name:

Vorname:

Strasse:

PLZ / Ort:

Telefonnummer:

Einmal  
anders  
schenken!

**Spirulina Pacifica®**

www.tobebalanced.com  
info@tobebalanced.com  
+41 52 5115056  
+49 7731 9390360

### Anders Denken in der Schmerztheorie

(Klinik für Biokinetik)

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 Biokinetik 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.

Migräne  
HWS (Bandscheiben)  
Rückenschmerz  
Kreuzschmerz (Bandscheiben)  
Mechanik des Halses  
Mechanik der Rippen  
Mechanik des Bauches  
Mechanik des Oberschenkels  
Knieschmerz (Meniscen)  
Mechanik der Fußsohle  
Zehenschmerz (Hallux valgus)

**Walter Packi**  
Arzt für Allgemeinmedizin

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

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

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



## 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)

## Natur pur

Nuxo Mandel Purée, ein  
wertvolles Naturprodukt  
ohne Zusatzstoffe

### Gesundheit plus

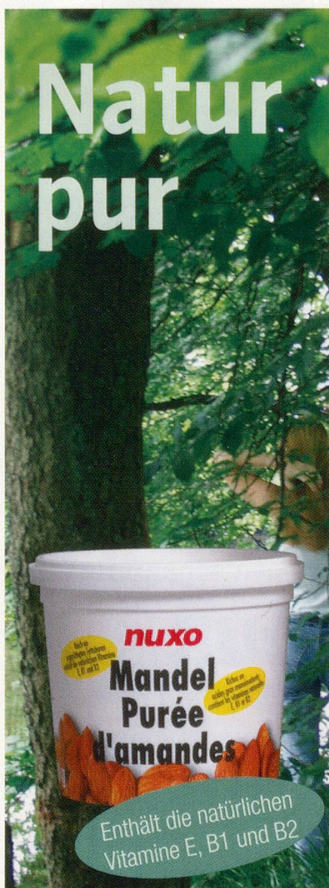
- Reich an ungesättigten Fettsäuren und Proteinen
- hoher Magnesiumgehalt
- enthält wichtige Mineralstoffe
- schonend hergestellt aus geschälten, ungerösteten kalifornischen Süssmandeln

### Multitalent im Einsatz

- optimaler Ersatz für Milch
- Birchermüesli
- Drinks
- Saucen und Mayonnaisen
- Desserts
- Sandwiches

Weitere Infos und  
Rezeptbroschüren bei:

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



## SCHÖPF STUHL®

Freies Sitzen

Die Lösung für Ihre  
Rückenprobleme!

Weil Sie hier automa-  
tisch richtig sitzen.



Hermann Schöpf  
Physiotherapeut  
8345 Adetswil  
Tel. + Fax 044 939 31 20  
[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

**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 unnützen «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 Alpenhochtäler 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, Alpenhochtäler zu besiedeln. Von den «Grundeigentümern» dieser Hochtäler – 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, Brünigpass und Aelggial, 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

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



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 Heilpflanzen-  
kundigen 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:

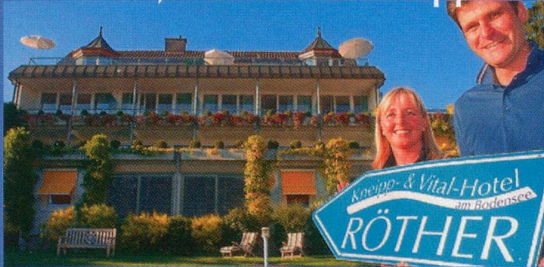
**ARCATOUR**  
sinnvoll reisen

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



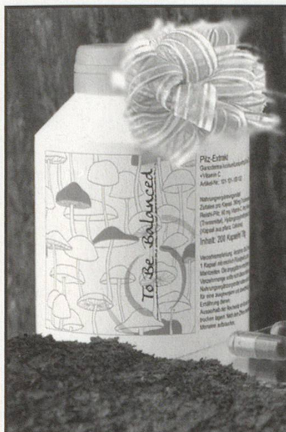


Müde, matt und schlapp?




Buchingerfasten, Obstfasten, Basenfasten,  
Jentschura's Basenkur Regenata

Überlingen am Bodensee · Kneipp- & Vital-Hotel Röther  
www.bodenseekur.de · Tel. + 49 (0) 7551/92240



Einmal  
anders  
schenken!  
**Vitalpilze**  
natürliche Stärke

www.tobebalanced.com  
info@tobebalanced.com  
+41 52 5115056  
+49 7731 9390360



## Blutsalzkur Regena®

Unsere Blutsalzkur ist eine wirksame  
Hilfe bei ...

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


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

Appenzeller Naturheilmittel.  
Lassen Sie sich von uns beraten!

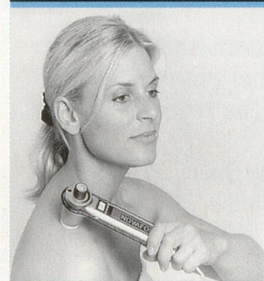
**drogerie sonderegger, 9042 speicher**  
Meinrad Sonderegger, eidg. dipl. Drogist  
kant. appr. Naturheilpraktiker  
Telefon 071 344 10 22  
www.drogerie-sonderegger.ch  
drogerie@drogerie-sonderegger.ch

## 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**



### Es gibt Dinge, die sich lohnen!

Zum Beispiel die Intraschallwellen-  
behandlung 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 Verlängerungs-  
bügel 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, Forbühlstrasse 21, Postfach, 8707 Uetikon am See,  
Telefon 044 920 26 46, Fax 044 920 26 15, 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



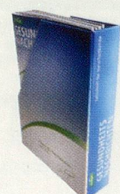
### Natürliche Hormontherapie

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



### Vegitalia

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

## Bestellkarte

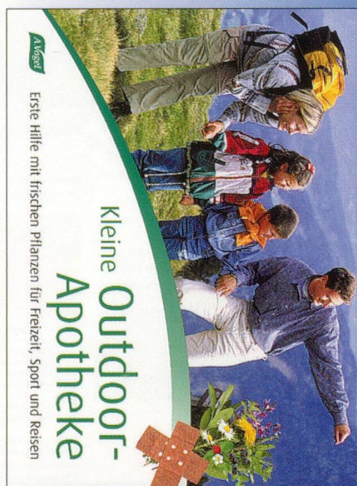
Gesundheit im Abonnement!  
11-mal pro Jahr, für nur CHF 39.00

Innerhalb CH nicht frankieren  
Ne pas affranchir  
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta  
Envoi commercial-réponse

Karte bitte hier abtrennen!

## Auch zum Verschenken!



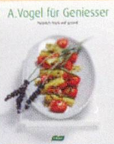
Für alle, die die Natur lieben:  
«Kleine Outdoor-Apotheke»  
Erste Hilfe mit frischen Pflanzen  
für Freizeit, Sport und Reisen

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

Das neue Buch von A.Vogel



80



Das A. Vogel Kochbuch:  
Gesunde, köstliche  
Rezepte.

A.Vogel für Geniesser

von F. Häfliger 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 benützen Sie d

Weitere Buchempfehlungen a



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](mailto: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

 **swiss olympic**

**Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.**

Bioforce AG, Roggwil TG.

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