

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 68 (2011)  
**Heft:** 4: Nicht sauer sein

## 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:** 29.01.2026

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

## NATURHEILKUNDE &amp; MEDIZIN

**Der Griff zum Basenpulver**

Übersäuerung? Mit Basenpulver, glauben viele, kann man Probleme und kleine Sünden beim Essen wieder ausgleichen. So einfach ist es aber nicht.



## LEBENSFREUDE &amp; WELLNESS

**Wellness aus den Alpen**

Reines, fermentiertes Molkenkonzentrat aus Bio-Milch mit physiologisch wertvoller L(+)-Milchsäure unterstützt die Darmflora und stimuliert die Verdauung.



## ERNÄHRUNG &amp; GENUSS

**Rübchen für Feinschmecker**

Ein altes Gemüse kommt zu neuen kulinarischen Ehren: Kenner wissen die zart-aromatischen Mairüben samt den vitaminreichen Blättern zu schätzen.



## NATURHEILKUNDE &amp; MEDIZIN

**Zahn-Mythen**

20

Der Apfel am Abend ersetzt das Zähneputzen leider nicht: Letzter Teil der «Gesundheits-Mythen».

## LEBENSFREUDE &amp; WELLNESS

**Bergkräuter für die Haut**

Im Bergell: Ein Hauch von Süden, inspirierende Landschaft, Kräuter und Kastanien für die Haut.

## RUBRIKEN

Fakten &amp; Tipps 6

Buchtipp 6

Leserforum/Leserbriefe 31

Vorschau/Impressum 34

Anzeigen &amp; Adressen 38



Wasserwelten: Mont Blanc im See