

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 69 (2012)  
**Heft:** 2: Die Mitte des Mannes

## 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](#)

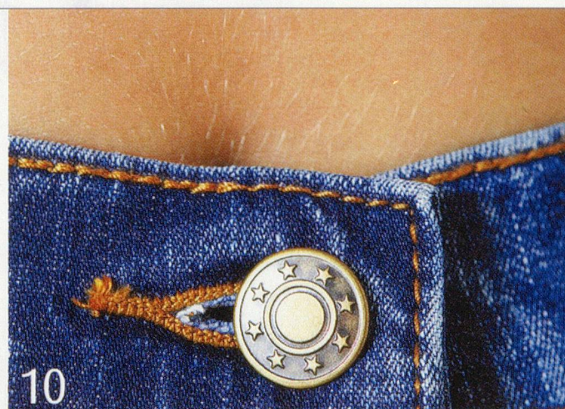
**Download PDF:** 02.05.2026

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

**NATURHEILKUNDE & MEDIZIN**

## Die Mitte des Mannes

Von wegen liebenswertes Bäuchlein: Der klassische «Männerbauch» wird durch hormonell aktives Fettgewebe zum unerfreulichen und gesundheitsschädigenden Begleiter.



10

**ERNÄHRUNG & GENUSS**

## 1001 Pfeffer aus 1001 Ländern

Poivre, pepe, pimienta oder in der Sprache seiner Heimat Gol mirch – Pfeffer ist immer eine scharfe Sache. Erfahren Sie alles über echte, unechte, rote, grüne oder violette Sorten.



14

**KÖRPER & SEELE**

## Richtig handeln in heiklen Lagen

Zivilcourage im Alltag zeigen? Dazu braucht es keinen Heldenmut. Wie man mit Herz und Verstand für sich und andere einsteht.



18

**NATURHEILKUNDE & MEDIZIN**

Pollen 22

Die einen leiden unter Pollenallergie, die anderen freuen sich über ein gesundes Bienenprodukt.

**NATUR & UMWELT**

Pflanzensprache 26

Spannend: Pflanzen können durch Duftstoffe und elektrische Signale miteinander in Kontakt treten.

**RUBRIKEN**

Fakten & Tipps	6
Buchtipp	6
Leserforum	30
Vorschau/Impressum	34
Anzeigen & Adressen	38



Gartenschönheit Krokus