

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 69 (2012)
Heft: 10: Wechseljahre : cool bleiben mit Salbei

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: 29.01.2026

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



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

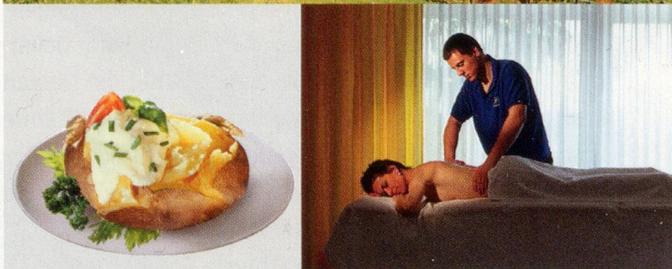
Praxis für Biokinematik
Böttingerstr. 38
D-79111 Freiburg
tel. 0049-(0)761-383037
Fax: 0049-(0)761-383047

Informieren Sie sich: home: www.biokinematik.de
mail: info@biokinematik.de

Bad Ramsach – Ihrem Wohlbefinden zuliebe



Bikes stehen gratis zur Verfügung.
E-Bikes FLYER zur Vermietung.



**Bad
ramsach**

Bad Ramsach
4448 Läufelfingen
Telefon 062 285 15 15
www.bad-ramsach.ch

Freier Eintritt in Mineral-
heilbad, Sauna, Dampfbad
und Fitness-Arena

Komplementärtherapeut

Ein Beruf mit Zukunft.

Eine Ausbildung mit Branchendiplom

APM-Therapeut.

Telefon 044 680 32 30 oder
www.wba.ch oder E-Mail: info@wba.ch

NMT Natur-Medizin-Technik®

> Verwöhnwoche



Lassen Sie sich für einmal so richtig verwöhnen! Sie geniessen bei einer OTMARSAN-Trink-Fasten-Kur eine tiefgreifende Hautpflege, unterstützende Massagen, ausleitende Wickel und diverse Säfte. Lehnen Sie zurück und vergessen Sie den Alltag!

Otmarsan AG, Kur- & Ferienhaus St. Otmar · Maya & Beat Bachmann-Krapf
Rigiblickstrasse 98, CH-6353 Weggis · Telefon +41 (0)41 392 00 10
E-Mail: kurhaus@otmarsan.ch · Internet www.otmarsan.ch

Schlank im Schlaf

So. 28. Oktober bis Sa. 3. November 2012

- 6 Übernachtungen mit Vollpension
- 1 Aromaganzmassage
- 3 Teil- und eine Fussreflexzonenmassage
- 2 Vorträge über Wirkungsprinzip Schlank im Schlaf
- 1 Ausflug ins Baselbiet
- Nordic Walking Einführung

Saft-Fastenwoche

So. 11. bis Sa. 17. November 2012

- 6 Übernachtungen mit Obst- oder Gemüse-Mix-Drinks und leichten Gemüsebasensuppen
- 1 Aromaöl ganzmassage
- 3 Teil- und eine Fussreflexzonenmassage
- 4 Leberwickel
- Wanderung und Ausflug ins Baselbiet
- Nordic Walking Einführung

Übergangstag bei Buchung von nachfolgender Wochenpauschale gratis!

Kartoffelkosttage

So. 18. bis Sa. 24. November 2012

- 6 Übernachtungen mit Gemüse- und Kartoffelspeisen (Vollpension)
- 1 Aromaöl ganzmassage
- 3 Teil- und eine Fussreflexzonenmassage
- Wanderung und Ausflug ins Baselbiet
- Nordic Walking Einführung

Wochenpauschale

• Saftfasten-Woche • Kartoffelkosttage • Schlank im Schlaf

Preis pro Person

Komfort DZ Fr. 1310.- EZ Fr. 1430.-

Schweizerische Vereinigung für Biochemie nach Dr. Schüssler

Öffentlicher Vortrag

Montag, 15. Oktober 2012, 19.45 Uhr

Kopf und Kragen: Akute und chronische Krankheiten von Mund, Zähnen, Nase und Ohren – Behandlungen mit Schüssler-Salzen

Referent: Peter Emmrich, Arzt und Biologe

im Vereinshaus Glockenhof, Sihlstrasse 33, 8001 Zürich

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

Ayurveda-Wochen



Ayurveda-Wochen in der Abbaye de Fontaine-André, oberhalb Neuenburg. Ein ganz besonderer Ort, um Körper, Seele und Geist in Einklang zu bringen, Erholung zu finden und Kraft in der wunderbaren Natur zu tanken. Weitere Ayurveda-Wochen auf der St. Petersinsel, in Flüeli-Ranft, am Blausee und im Tessin (Sass da Grüm)

Verlangen Sie detaillierte Unterlagen bei:
tejas ayurveda, Doris Nydegger-von Arx, Dorfstrasse 28,
2576 Lüscherz, Tel. 079 421 47 51, www.tejas.ch, info@tejas.ch

neu neu neu

Kräuterpräparat

Zur Linderung von:

- ◆ Magen-
Darmbeschwerden
- ◆ Blähungen
- ◆ Bauchkrämpfe
- ◆ Verdauungsstörungen

Vertrauen Sie auf dieses
wirksame Naturprodukt.

Dieses enthält verschiedene Heilkräuter.

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



Vorratsschutzstreifen

Zur Erkennung von Mehl-,
Speicher- und Dörrobstmotten



6146 Grossdietwil, Tel. 062 917 50 00, www.biogarten.ch mit Online-Shop



Naturheilkundliche Augen-Therapie

Hilfe bei **Makula-Degeneration** (feucht + trocken), **Glaukom, grauer Star, Retinopathie** durch: Laser-Blut-Bestrahlung, Augen-Training, Fein-Nadel-Acupunktur, Laser-Nadel-Acupunktur, spezielle Homöopathie.

Heilpraktiker Klaus Kleiber

79410 Badenweiler, Haus der Gesundheit,
Kaiserstraße 3, Tel.: +49 (0) 151 / 235 428 39
www.natureilpraxis-kleiber.de

Haarausfall? Dünnes, brüchiges Haar?

Unsere spezielle **Mikronährstoffmischung** stoppt den Haarausfall und kräftigt das Haar!

Diese hochdosierte Mischung von Vitaminen, Spurelementen, Mineralstoffen und Pflanzenextrakten versorgt das Haar mit allen Mikronährstoffen, die wichtig für Wachstum und Struktur sind.

Täglich 1 Teelöffel dieses Granulates genügt!

1 Monatspackung Fr. 66.60
2 Monatspackung Fr. 125.00
3 Monatspackung Fr. 179.00



Kloster-Drogerie
auf dem Damm 17
9000 St. Gallen

Stefan Fehr

Tel. 071 223 33 48
info@klosterothrogerie.ch
www.klosterothrogerie.ch

dipl. Drogist

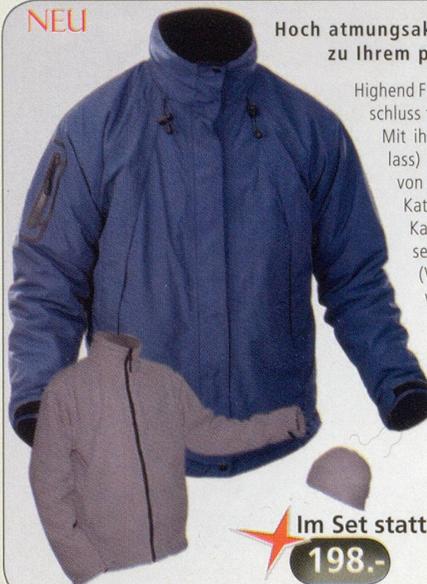
kant. appr. Naturheilpraktiker SG



OUTDOOR PRODUCTS FROM THE HIMALAYAS



AUSGEWÄHLTE MARKENQUALITÄT FÜR IHRE GEZOGENHEIT UND WELLNESS

NEU**FUNKTIONSJACKE DANFE****FUNKTIONSJACKE DANFE****Hoch atmungsaktive Materialien - der Schlüssel zu Ihrem persönlichen Wohlfühlklima**

Hightend Funktions-Aussenjacke mit System-Reissverschluss für das nahtlose einzippen der Fleecejacke. Mit ihrer Atmungsaktivität (Wasser dampfdurchlass) von 6'000 g/m²/25h und Wassersäule von 20'000 mm misst sich diese Jacke in der Kategorie der Hi-End Funktionsjacken. Sturm feste helmähnliche Kapuze, Zwei-Wege-Reissverschluss mit Kinnenschutz (Front), Wasserfest verschweisste Nähte, stufenlos verstellbarer Ärmelbund (Velcro), elastische Taillenkordel etc. Inklusiv herausziehbare warme und bequeme Fleece-Innenjacke (270 g/m²), lässt sich einfach herausnehmen und als vollwertige Jacke separat tragen. Sie verfügt über zwei Hüfttaschen sowie über zwei praktische Fächertaschen im Innern. Damit ist in jedem Fall für ausreichend Stauraum gesorgt.

Im Set statt 399.-
198.-

**TREKKINGHOSE MONAL****NEU**schwarz
S
M
L
XL
XXL**128.- statt 198.-**

Aus dem gleichen Material gefertigt wie die Aussenjacke Danfe. Hochgradig wind- und wasserfest. Leicht und klein verpackbar. Durchgehender seitlicher Reissverschluss für das einfache an- und ausziehen. Dank der Kombination von Halbelastikbund und Klettverschluss-Zone lässt sie sich einfach an den jeweiligen Bauch-/Hüftumfang anpassen.

MOBILER (SHIATSU) MASSAGER RELAX PREMIUM 4 IN 1**Schaffen Sie sich Ihre jederzeit zugänglichen Ruhe- und Entspannungszonen!**

- Knet-, Roll-, Vibrations- und SWING-Massage in einem Gerät, mit Wärmefunktion
- Passt auf jeden Sitz, leicht verstaubar
- Ganzer Rücken- oder gezielte Bereichsmassage

Kombiniert modernste Technik mit traditionellem Wissen. Nur wenn Sie es erlebt haben, werden Sie es glauben: „Massiert wie die echten Hände!“ Die tiefwirkende Shiatsu Knetmassage stimuliert und stärkt die Rückenmuskulatur. Die äußerst sanfte Rollmassage regt Blutkreislauf und Lymphdrainage an. Die zuschaltbare Wärmefunktion intensiviert die Tiefenwirkung der Massage noch zusätzlich. Die Vibrationsmassage wirkt muskelentspannend und fördert auch die psych. Entspannung. Und mit Swing lässt sich Ihr Chi-Fluss aktivieren und harmonisieren.

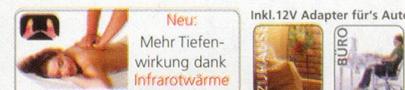


Verwendet neueste Technologie, die bisher nur den massiven und schweren Massage-Fauteils vorbehalten war. An Stelle kreisförmig drehender Massagelöckchen kommen hier speziell entwickelte, längliche Dual-Druckpunktachsen zum Einsatz, die sich parallel oder asymmetrisch Ihren Rücken entlangwinden und so 3D optimal u. authentisch die gefühlvollen Hände und Finger eines professionellen Masseurs imitieren.

passend: **SmartQ Wellness Neck Massager**
Shiatsu Nacken-Massagegerät mit Wärmefunktion. Einzigartige dreidimensionale knetende Shiatsu Massage. Massiert gezielt den meist verspannten Nackenbereich – ideal auch zum Mitnehmen z.B. ins Büro.
Inkl. Netzadapter.

statt 448.-
249.-**Gönnen Sie sich Ihren eigenen Privat-Masseur!**

- Shizau Knetmassage: Tiefwirkende Knetmassage über den ganzen Rücken sowie gezielt Schulter- oder unterer Rückenbereich. Oder Sie navigieren Sie die Massage genau dort hin, wo Sie es möchten.
- Rollmassage: Äußerst sanft und angenehme Massage-technik. Regulierbare Druckverteilung entlang der Wirbelsäule dank variabler Breiten- u. Tiefeinstellung.
- Swing-Massage: Kombiniert sanfte Knetmassage mit leichten seitlichen Schwingbewegungen. Ihr ganzer Körper wird so analog zu einem Pendel leicht und ent spannend in Schwingung versetzt.
- Vibrationsmassage: Individuell zuschaltbare 3-Stufen-Vibrationsmassage (Gesäß).

SMART Q**statt 448.-**
249.-**passend: Intensiv (Shiatsu) Fussreflex-Massager**

Dieses wirkungsvolle Fuss-Reflex-Zonen-Massagegerät stimuliert die Fuss-Reflexzonen. Einfache und authentische Umsetzung der traditionell kräftigen Daumen-Druck-Fussreflexmassage. Mit Wärmefunktion.

statt 269.-
129.-**Leser - Spezialangebote**

Quantität: Artikel:

Farbe: Grösse:

Funktionsjacke DANFE (inkl. Fleece & Cap) für 198.- /Set		
Trekkinghose MONAL von BASECAMP für 128.- /Stück	schwarz	
Softshell MAYUR von BASECAMP für 148.- /Stück	schwarz	
Mobiler Massagestuhl Relax Premium für 249.- /Stück		
Intensiv Fussreflexmassager für 129.- /Stück		
Nacken Massager für 98.- /Stück		

Bestellungen an:

SwissQualified AG, Postfach, 9029 St. Gallen
Tel.: 0848 000 201 Fax.: 0848 000 202 www.sq24.ch

Name / Vorname:

N82-IAV-82

Adresse:

PLZ / Ort:

Tel. / E-Mail:

Datum / Unterschrift:

Garantierte Qualität: Sie testen unsere Produkte unverbindlich mit einem 8 Tage Rückgaberecht. Druckfehler vorbehalten. Preise inkl. MwSt., zuzüglich Versand (pauschal 8.50).

ParacelsusClinica 
al Ronc

INTENSIVWOCHE

auf der Sonnenterasse des Calancatals mit Dr. Petra Wiechel und dem Team al Ronc 2012

Die Intaktheit aller Entgiftungs- und Regulationssysteme des Menschen sind wesentliche Voraussetzung, um die Waage zwischen gesund bleiben und krank werden im Gleichgewicht zu halten. Unsere Intensivwochen umfassen nicht nur ein therapeutisches Angebot, welches an den Ursachen von Entgleisungen ansetzt, die Gestaltung dieser Intensivwochen beruht auf einer über 20-jährigen Erfahrung mit den Möglichkeiten der lebenskonformen biologischen Medizin. Krankheit ist immer ein dynamischer Prozess, erst wenn das Fass zum Überlaufen drängt, werden Symptome wahrgenommen. In der persönlichen Erkenntnis um die Fürsorge und Verantwortung für sich selbst kann eine Intensivwoche in der **Paracelsus Clinica al Ronc** viel bewegen.

UNSERE INTENSIVWOCHE:

- Leber-Entgiftung
- Regeneration
- Schmerztherapie
- Dr. Coy-Anti-Krebs-Therapie
- Burn-Out
- Schwermetall-Ausleitung
- Gesundheitsscheck
- Entzugsbehandlungen

© www.berge.at



DR. MED. PETRA WIECHEL, Paracelsus Clinica al Ronc

CH-6540 Castaneda, Tel. 091 8204040, info@alronc.ch, www.alronc.ch

Schenken Sie doch mal wieder!



Für die beste *Freundin*,
Töchter und *Söhne*, das frisch-
gebackene *Paar*, *Väter*,
die schwangere *Nichte*, den *Lieb-
lingsonkel*, *Kräutertanten*,
die nette *Nachbarin*, *Natur-
freunde* und *Wellnessfans*,
Gartenbesitzer oder den
Hausarzt und...

Ein Abo der A.Vogel Gesundheits-
Nachrichten macht immer Freude!

Aktuell CHF 40.50/Euro 26.-



Buchtipps

Jetzt lesen!

Bücher sind Schiffe, welche die weiten Meere der Zeit durchein.
Francis Bacon

Hausputz für Leber und Galle
In 4 Wochen natürlich reinigen und Leberwerte verbessern.
Von Dr. med. Volker Schmiedel.
Trias Verlag, broschiert, 200 S.
CHF 25.90/Euro 17.99
Bestell-Nummer 439



Heilpflanzen an der Emme
Finden und anwenden. Mit Gratis-App für iPhone und iPod touch.
Von Kevin Nobs.
ott Verlag, broschiert, 174 S.
CHF 38.00/Euro 32.00
Bestell-Nummer 446



Warum ist mir schwindelig?
Ursachen für Gleichgewichtsstörungen finden und behandeln.
Von Sigrid Nesterenko.
ersa Verlag, broschiert, 110 S.
CHF 28.50/Euro 19.70
Bestell-Nummer 441



Attraktive Gärten
Für Doppel- und Reihenhäuser.
Grüne Paradiese auf kleinem Raum.
Von Thomas Drexel.
DVA, gebunden, 160 S.
CHF 40.90/Euro 29.99
Bestell-Nummer 442



Super Tipps bei Pollenallergie
Von Dr. Bernd Wollmann und Dr. Anja Stamm.
Gebunden, 63 S.
CHF 12.90/Euro 9.90
Bestell-Nummer 440



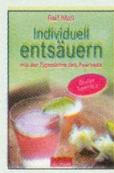
Die Nahrung als Heilfaktor
Das Wesen zweckmässiger Ernährung und natürlicher Lebensweise.
Von Alfred Vogel (1935).
Verlag A.Vogel, broschiert, 124 S.
CHF 27.50/Euro 16.00
Bestell-Nummer 50



Fahrplan Gesundheit
Die universellen Heilprinzipien der Natur.
Von Dr. med. Jürgen Freiherr von Rosen.
Verlag ViaNova, gebunden, 105 S.
CHF 20.50/Euro 13.95
Bestell-Nummer 444



Individuell entsäuern
Für das körperliche Gleichgewicht sorgen.
Von Ralf Moll.
Verlag Mosaik bei Goldmann, TB, 256 S.
CHF 13.90/Euro 7.99
Bestell-Nummer 319



Pfarrer Kneipps Wasserkur
Körperliche und seelische Regeneration mit der Kneippkur.
Von Sebastian Kneipp (ergänzte Neuauflage).
AT Verlag, broschiert, 172 S.
CHF 19.90/Euro 14.90
Bestell-Nummer 445



Basenfasten für Eilige
Das 7-Tage-Erfolgsprogramm.
Von Sabine Wacker.
Trias Verlag, broschiert, 144 S.
CHF 21.90/Euro 14.99
Bestell-Nummer 327



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 40.50

Das Erfolgsbuch von A.Vogel

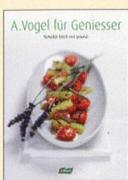


Kleine Outdoor-Apotheke

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

Entsäuern im Alltag.



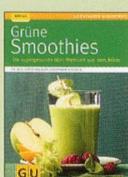
Basenfasten für Eilige

von Sabine Wacker,
broschiert, 144 S.

327

CHF 21.90

Gesunde Ernährung mit
grünen Powerdrinks.



Grüne Smoothies

von Christian Guth
und Burkhard Hickisch,
broschiert, 128 S.

331

CHF 18.50

Bitte benützen Sie die

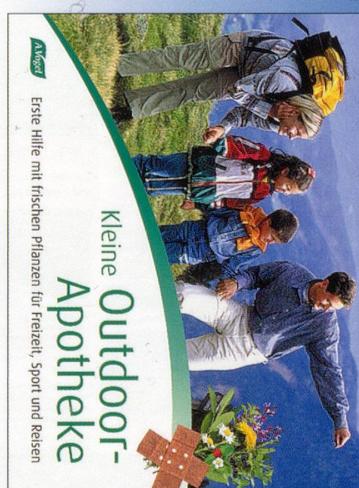
Weitere Buchempfehlungen auf

Oktober 2012

Innenhalb CH nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare
Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta
Envoi commercial-réponse

Herbstzeit – Wanderzeit

Karte bitte hier abtrennen!



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

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 nach dem Aufstehen: Gelenkschmerzen?



Antworten der Natur:

Teufelskrallen-Extrakt (*Harpagophytum procumbens*) und Arnika (*Arnica montana*).

A.Vogel Rheuma-Tabletten enthalten Teufelskrallen-Extrakt zur unterstützenden Behandlung von Schmerzen bei Rheuma und Arthrose.

A.Vogel Rheuma-Gel aus frischen Arnica montana-Blüten wirkt entzündungshemmend bei Gelenk-, Muskel- und Rückenschmerzen.

Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.
Bioforce AG, Roggwil TG.
Weitere Informationen auf www.bioforce.ch