

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 70 (2013)  
**Heft:** 10: Zentrale Schilddrüse

## **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:** 22.02.2026

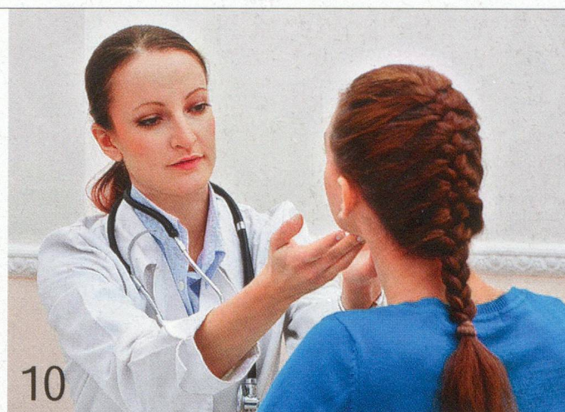
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## NATURHEILKUNDE &amp; MEDIZIN

## Schaltzentrale Schilddrüse

Nicht grösser als eine Nuss, ist sie doch die grösste und eine der wichtigsten Hormondrüsen des Menschen. Was die Schilddrüse alles kann – und was sie braucht.



10

## ERNÄHRUNG &amp; GENUSS

## Süchtig nach Süßem?

Hoher Zuckerkonsum ist bei Kindern und Jugendlichen gang und gäbe. Oft gibt es ungesunde Süßigkeiten und Softdrinks täglich und in grossen Mengen. Dem lässt sich abhelfen.

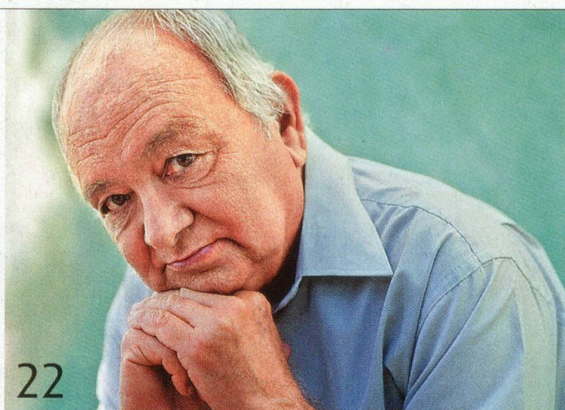


16

## NATURHEILKUNDE &amp; MEDIZIN

## Hilfreiche Sonden im Kopf

Die Parkinsonkrankheit ist nicht heilbar und für Betroffene ein schwer zu tragendes Schicksal. Modernste Methoden können die Symptome lindern und den Alltag erträglicher machen.



22

## LEBENSFREUDE &amp; WELLNESS

## Inseln der Entspannung 20

Bei «spannungsreichen Momenten» im Alltag: Eine kleine Übung aus der Craniosacral-Therapie.

## NATUR &amp; UMWELT

## Altweibersommer 26

Goldenes Laub und glitzernde Spinnfäden, Sommerausklang und Atempause vor dem Winter.

## RUBRIKEN

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





See-Elefant (*Mirounga leonina*): Die letzten warmen Herbsttage genießen