Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 73 (2016)

Heft: 9: Chia, Açai, Moringa : alles super, oder was?

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: 14.12.2025

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

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Pflanzen gegen Verstopfung

Eine Obstipation, zumal chronisch, kann zu einer Belastung werden. Doch es ist ein Kraut gewachsen: Zahlreiche Pflanzen helfen der Verdauung. Und es gibt interessante Forschungsergebnisse.

10

ERNÄHRUNG & GENUSS

Superkräfte auf dem Teller?

Gesund essen reicht heutzutage offenbar nicht mehr, es muss jetzt «Superfood» sein. Was dahintersteckt, welche Folgen das hat und welche heimischen Lebensmittel genauso lecker sind.

15

NATUR & UMWELT

Kuschelplatz fürs Stacheltier

Igel gelten als «Gartenpolizei». Leider finden sie immer seltener den richtigen Unterschlupf. Darum ist es sinnvoll, ihnen eine Heimstatt einzurichten. Wir haben patente Tipps für nützliche Igelhäuser.

22

SPASS & UNTERHALTUNG

Leserforumgalerie 20

Jetzt mitmachen beim Foto-Wettbewerb: Wir suchen Ihre schönsten Bilder zum Thema «Bergwelt».

KÖRPER & SEELE

Das Delir – akut verwirrt 26

Als Komplikation im Akutspital tritt das Delir sehr häufig auf. Da zählt die richtige Behandlung.

RUBRIKEN

Fakten & Tipps	6
Buchtipp	6
Leserforum	31
Vorschau/Impressum	37
Anzeigen & Adressen	39

Die Welt der Kräuter und Gewürze: Die Kapuzinerkresse (Tropaeolum majus), hier in raffiniertem Weiss-Rot, enthält Vitamin C, Eisen, Schwefel und antibiotisch wirkende Senfölglykoside.