

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 74 (2017)
Heft: 10: Prehabilitation : Fit vor der OP

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: 23.02.2026

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

 Kressibucher®
Natur Pur

SHOPPEN SIE ONLINE IM
**NATUROEL
HOFLADEN**

Gourmet Öle,
Balsam Essige,
Dipsaucen, Pestos,
Kernmischungen,
Süßes aus Raps,
Geschenke

minus
5%
auf Alles

Gutscheincode:
Minus 5 ONLINE

www.naturoel.ch/shop



Blutdruck
Cholesterin
erhöht?

aktuell
und
bewährt

Wirksam und natürlich
behandeln.



**Naturheilmittel
aus dem
Appenzellerland**

Gesundheit und Schönheit
sonderegger

9042 Speicher 071 344 10 22
Die Drogerie für Ihr Wohlbefinden!

Erfahrung
Fachkompetenz
Beratung

In der Erdklangflöte verbinden sich die Kraft der Natur und des Baumes mit der Kraft des Atems. Der magische, kräftige und warme Klang erinnert an Freiheit und Natur. Erleben Sie wie einfach es ist dieses Musikinstrument zu spielen – ohne jegliche musikalische Vorkenntnisse und Beherrschung des Notenlesens.



**handgefertigte
erdklangflöte**

markus huber www.huber.swiss ab CHF 495.–



Paracelsus von Einsiedeln oder Peter von Bäretswil

3000 Therapeuten und Naturheilpraktikerinnen kennen sich aus.

NVS www.nvs.swiss
Naturärzte Vereinigung Schweiz

**Der ideale Begleiter
für Familien.
Jetzt abonnieren!**

www.familienspick.ch

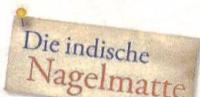
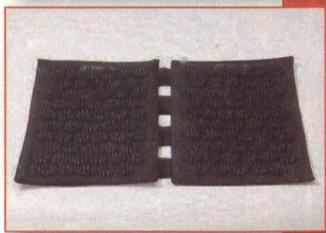


6 Ausgaben
pro Jahr für CHF 59.–
inkl. CHF 50.– Reka-
Ferien-Gutschein.

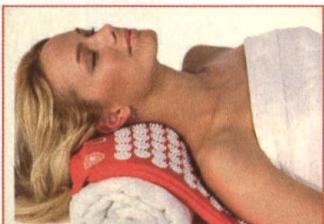
Rückenschmerzen, Stress? Shaktimatte, Entspannung pur !!!

Setzt Endorphine-Körpereigene Glückshormone frei.

Erhältlich im Fachhandel z.B. bei der Apotheke und Drogerie Nature First in Zürich
– Shaktimatte Luxury (76 x 42 cm) + Tasche Schwarz für Fr. 129.– plus Porto
– Shaktimatte ECO braun bei Shaktisuisse für Fr. 109.– plus Porto
– Shakti-Nackenkissen grün oder orange bei Shaktisuisse für Fr. 39.– plus Porto
– Shakti Fuss-Pad für Fr. 59.– plus Porto
– Alle Shakti Neuheiten und Informationen finden Sie unter www.shaktisuisse.ch



- Rücken- und Nackenschmerzen
- Schlaflosigkeit und Einschlaf Schwierigkeiten
- Schmerzlinderung, Spannungskopfschmerzen
- Energiesteigerung, Regeneration nach dem Training



www.shaktisuisse.ch

E-Mail: info@shaktisuisse.ch | Telefon: 043 268 99 40 | Vertrieb: aph.swiss.design@hispeed.ch

tejas

Ayurveda – ein Rendez-vous mit sich selbst

Flüeli Ranft, Kiental, Tessin (Valle di Blenio), Wallis (Goms und Salvan), Kloster Mariastein

Einzigartige Orte um Körper, Seele und Geist in Einklang zu bringen, Erholung zu finden und Kraft in der wunderbaren Natur zu tanken.

Ayurvedische Massagen reinigen den Körper und helfen ihm seine Selbstheilungskräfte aufzubauen. Sie stärken Nerven, Kreislauf und verlangsamen den Alterungsprozess. Ihr Wohlbefinden und Ihr Aussehen verbessern sich. Sie fühlen sich in Ihrem Körper wohl.

tejas ayurveda

Doris Nydegger-von Arx | 3800 Sundlauenen | 079 42147 51 | www.tejas.ch | info@tejas.ch



Das ganzheitliche Gesundheitszentrum am Vierwaldstättersee

Meine Auszeit

Eine Trink-Fasten-Kur reinigt Körper und Geist. Frei sein, um neue Herausforderungen annehmen zu können. Erleben Sie persönliche Begleitung, tiefgreifende Massagen & Anwendungen, die herrliche Umgebung und vieles mehr.

Kur- & Ferienhaus St. Otmar · Maya & Beat Bachmann-Krapf · 6353 Weggis
Telefon +41 (0)41 390 30 01 · Internet www.kurhaus-st-otmar.ch

BRÜCHIGE NÄGEL?

Silicea hilft



www.silicea.ch

SÜSS – aber weniger Kalorien

Finnische Holzsüsse

Unterschiede zum Zucker

- zahnfreundlich
- weniger Kalorien
- auch für Diabetiker geeignet

Tautona
BIRKENZUCKER®



Jetzt Bestellen bei:
www.tautona-birkenzucker.ch
Tautona Birkenzucker
8606 Greifensee
Tel. 079 103 88 15



Jetzt auch in
Ihrer Drogerie und
Apotheke erhältlich

baumeler
Echt unterwegs.

Wander- und Veloreisen vom führenden Spezialisten

5 überzeugende Argumente:

- Professionelle Reiseleiter.
- Reisen mit Gleichgesinnten.
- Einzigartige Routen abseits der Touristenpfade: «echt unterwegs».
- Spannende Begegnungen und lokale Spezialitäten.
- Sicherheit, Qualität und Nachhaltigkeit.

Silvester-Wanderreise «Süpeloponnes»
Jahreswechsel zwischen Bergen und Meer
>> 8 Tage, 27.12.2017 – 03.01.2018

E-Mountainbikereise Costa Rica
Einzigartige Natur- und Tierwelt. Pura Vida!
>> 16 Tage, 01.12. – 16.12.17 und 23.02. – 10.03.18 ab CHF 4780

Webcode 017
ab CHF 1770

Webcode 690

Alle unsere Reisen finden Sie unter **www.baumeler.ch**
Bestellen Sie jetzt die aktuellen Kataloge 2018. T 041 418 65 65 | www.baumeler.ch | info@baumeler.ch

Mit Baumeler echt unterwegs: Wandern & Velo | Trekking & Bike | Malen & Erleben | City Explorer | Winterträume

etceterapp.ch



Engel Naturtextilien aus Seide und Wolle
Sie erhalten mit dieser Anzeige in unserem Geschäft auf die Engel- Kollektion 10 % Rabatt

livanatura

fair kaufen

naturtextilien- & kosmetik
poststrasse 18, 9000 st.gallen

NOVAFON

Das Novafon Schallwellengerät

Hilft gegen
Arthrose ▲
Gelenkschmerzen ▲
Fersensporn ▲
Narbenbehandlung ▲
Nackenverspannungen ▲

Die Schallwellen dringen 6 cm ins Gewebe ein, fördern die Durchblutung und regen den Stoffwechsel an.

Ihr Preis **CHF 330.00** inkl. Versand

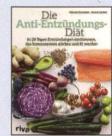
Kontaktieren Sie uns www.novafon.ch
Tel. 041 558 86 41 / info@birkenrot.ch

...Dank Novafon schmerzfrei durchs Leben...



Die «Gesundheits-Nachrichten» auch digital

Auf epaper.avogel.ch bzw. epaper.avogel.de können Sie die «Gesundheits-Nachrichten» jetzt bequem als digitale Ausgabe abonnieren.
Wenn Sie bereits Abonentin oder Abonent der Druckausgabe sind, können Sie das E-Paper mit Ihrer Abo-Nummer kostenlos herunterladen.



Richtig essen
Die Anti-Entzündungs-Diät
von M. Kreutzer,
A. Larsen
kartoniert, 272 S.

Best.-Nr. 384
CHF 29.90



Venen stärken
Krampfadern natürlich behandeln
von T. Wilhelms
kartoniert, 144 S.

Best.-Nr. 383
CHF 26.90



Gesunde Füsse
Das Buch für den Hallux
von C. Stark
broschiert, 160 S.

Best.-Nr. 382
CHF 22.90



Gewicht in Balance
Schilddrüsenunterfunktion erfolgreich behandeln
von Dr. A. Flemmer
broschiert, 144 S.

Best.-Nr. 379
CHF 26.90



Gegen Rücken- und Nackenschmerzen
Kleine Rückenschule
von H. Höfler
broschiert, 126 S.

Best.-Nr. 377
CHF 10.90



Tipps zu Ernährung und Lebensmitteln
Cholesterin natürlich senken
von Dr. A. Flemmer
broschiert, 144 S.

Best.-Nr. 376
CHF 26.90



Den Schmerz abschalten
Die 50 besten Rückenschmerz-Killer
von K. Bartrow
broschiert, 93 S.

Best.-Nr. 367
CHF 13.50



Schmerzfrei und beweglich bleiben
Das Arthrose-Stopp-Programm
von Dr. J. Fischer
broschiert, 128 S.

Best.-Nr. 336
CHF 21.90



Wir empfehlen

Der Selbstheilungscode

Prof. Tobias Esch
Mehr Infos siehe Seite 6
Hardcover, 355 S.

Best.-Nr. 385
CHF 26.90



Das Erfolgsbuch
Kleine Outdoor-Apotheke
von Claudia Rawer und Ingrid Zehnder

Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen.
kartoniert, mit Schutzhülle aus Glasklarfolie, 216 S.

Best.-Nr. 80
CHF 18.50



Der Klassiker

Der kleine Doktor
von Alfred Vogel
Neu überarbeitet und mit vielen Anmerkungen!
Leinen mit Schutzumschlag, 864 S.

Best.-Nr. 12
CHF 48.00

Weitere Buchempfehlungen auf [buecher.avogel.ch](#)

Die Gesundheits-Nachrichten im Abo

<input type="checkbox"/> Jahresabo	CHF 40.50
<input type="checkbox"/> Geschenkabo	CHF 40.50
<input type="checkbox"/> Probeabo 3 Ausgaben	gratis

Buchbestellung

Anzahl	Best.-Nr.	Titel	Preis
--------	-----------	-------	-------

Adresse

Name	Vorname	Jahrg.
Strasse	PLZ/Ort	E-Mail
Unterschrift	Datum	

Geschenkabo Probeabo geht an

Name	Vorname
Strasse	PLZ/Ort

GN Oktober 2017 CH

Alle Preise inkl. MwSt.

Besuchen Sie unsere Webseite:

www.avogel.ch

• Hilfe zur Selbsthilfe
• Heilpflanzen & Lebensmittel
• Gesunde Rezepte
• Gesundheitschecks
• und vieles mehr

Jetzt Newsletter abonnieren!

A.Vogel

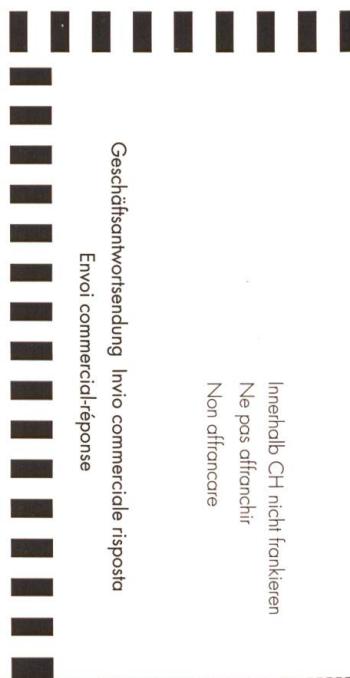
Gesundheit im Abonnement



9

Innerhalb CH nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affannare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale risposta
Envoi commercial-réponse



Ideal für unterwegs

Für alle, die die Natur lieben:

Kleine Outdoor-Apotheke

Erste Hilfe mit frischen Pflanzen
für Freizeit, Sport und Reisen

A. Vogel

Kleine Outdoor-Apotheke

Erste Hilfe mit frischen Pflanzen für Freizeit, Sport und Reisen

Die A.Vogel Gesundheits-Nachrichten
10 Mal pro Jahr, für nur **CHF 40.50**



www.outdoor-apotheke.ch

Liebe AbonnentInnen

Bitte melden Sie uns bei Wohnungs- und Namenswechsel 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.

Gelenkschmerzen?



Eine Antwort der Natur:

Atrosan® Teufelskrallen-Tabletten
zur unterstützenden Behandlung von
Schmerzen bei Rheuma.

AtroGel® Arnica-Gel wirkt entzündungs-
hemmend bei Rheuma, Gelenk-, Muskel-
und Rückenschmerzen.

Dies sind zugelassene Arzneimittel.
Lesen Sie die Packungsbeilage. Bioforce AG, Roggwil TG.

A.Vogel