

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: 24.12.2025

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?**

Wirksam und natürlich
behandeln.

**aktuell
und
bewährt**

**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 Bärethswil

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!!!

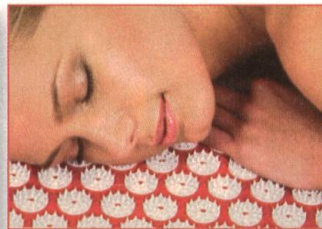
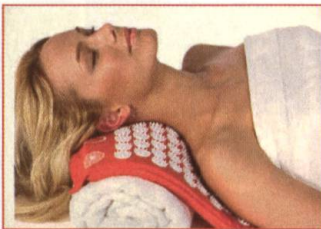
Setzt Endorphine-Körpereigene Glückshormone frei.

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 Einschlafschwierigkeiten
- 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 | 079 421 47 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:

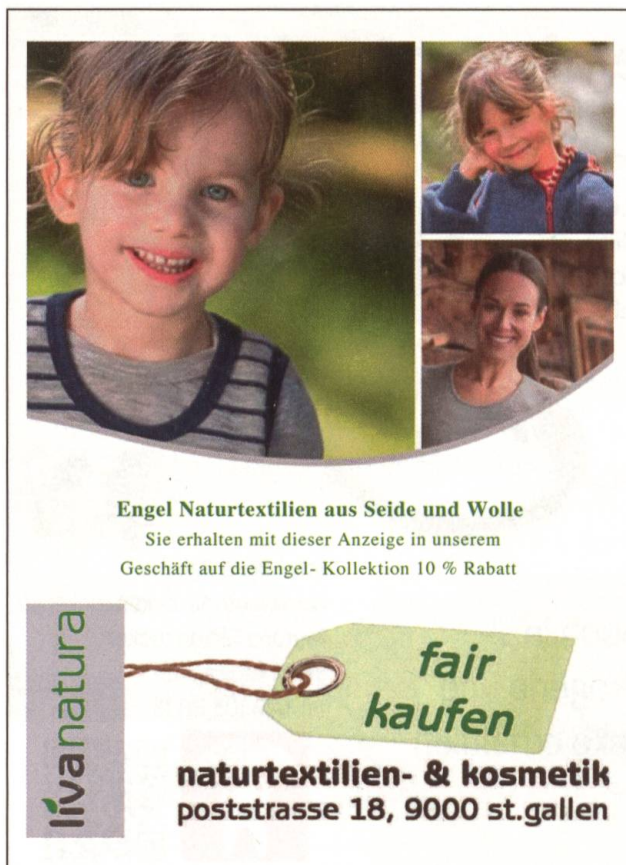
- Professionelle Reiseleiter.
- Reisen mit Gleichgesinnten.
- Einzigartige Routen abseits der Touristenpfade: «echt unterwegs».
- Spannende Begegnungen und lokale Spezialitäten.
- Sicherheit, Qualität und Nachhaltigkeit.

Silvester-Wanderreise «Südpeloponnes» Webcode 017
Jahreswechsel zwischen Bergen und Meer
-> 8 Tage, 27.12.2017 - 03.01.2018 ab CHF 1770

E-Mountainbikereise Costa Rica Webcode 690
Einzigartige Natur- und Tierwelt. Pura Vida!
-> 16 Tage, 01.12. - 16.12.17 und 23.02. - 10.03.18 ab CHF 4780

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

etcetera-pp.ch



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

fair kaufen

ivanatura
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.

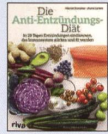
Ihr Preis **CHF 330.00** inkl. Versand

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 Abonnentin oder Abonnent der Druckausgabe sind, können Sie das E-Paper mit Ihrer Abonnementnummer kostenlos herunterladen.



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

Best.-Nr. 384
CHF 29.90



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

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



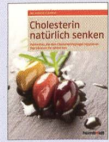
Gewicht in Balance
Schilddrüsenunterfunktion erfolgreich behandeln
von Dr. A. Flemmer
broschiert, 144 S.

Best.-Nr. 379
CHF 26.90



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

Best.-Nr. 377
CHF 10.90



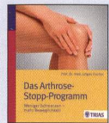
Tipps zu Ernährung und Lebensmitteln
Cholesterin natürlich senken
von Dr. A. Flemmer
broschiert, 144 S.

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

- Jahresabo CHF 40.50
- Geschenkabo CHF 40.50
- 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 _____

Alle Preise inkl. MwSt.

GN Oktober-2017 CH

Besuchen Sie unsere Webseite:

www.avogel.ch

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



jetzt Newsletter abonnieren!



Gesundheit im Abonnement

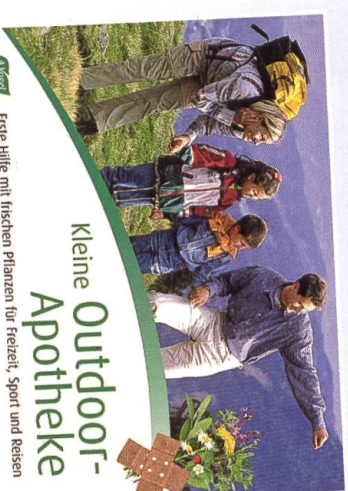


Die A. Vogel Gesundheits-Nachrichten
10 Mal pro Jahr, für nur **CHF 40.50**

Innerhalb CH nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Geschäftsanantwortung Inviò commerciale rispòsta
Envoi commercial-réponse

Verlag A. Vogel AG
Postfach 63
CH-9053 Teufen



Ideal für unterwegs

Für alle, die die Natur lieben:

Kleine Outdoor-Apotheke

Erste Hilfe mit frischen Pflanzen
für Freizeit, Sport und Reisen

 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