

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 74 (2017)  
**Heft:** 12: Kopfweh-Attacken : Migräne ade

## 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:** 12.01.2026

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



10 | Natürliche Migräne-Helfer

# Dezember 2017

## 10 Migräne? Nicht mit mir!

Millionen Menschen sind von Migräne betroffen und leiden heftig unter Kopfschmerzen. Was sich im Vorfeld einer Attacke tun lässt, welche neuen Behandlungsansätze es gibt und was die Naturheilkunde bietet. — **Naturheilkunde & Medizin**

## 15 Vielfältige Auster

Ob europäisch oder pazifisch: Austern gelten als raffinierte Delikatesse. Die Meeresfrüchte sind obendrein gesund. Und ihre Schalen für den Abfall viel zu schade – überraschend, wofür die harten Gebilde seit Generationen dienen. — **Natur & Umwelt**

## Rubriken

- 6 Fakten & Tipps
- 6 Buchtipp
- 31 Leserforum

- 37 Vorschau/Impressum
- 38 Anzeigen & Adressen



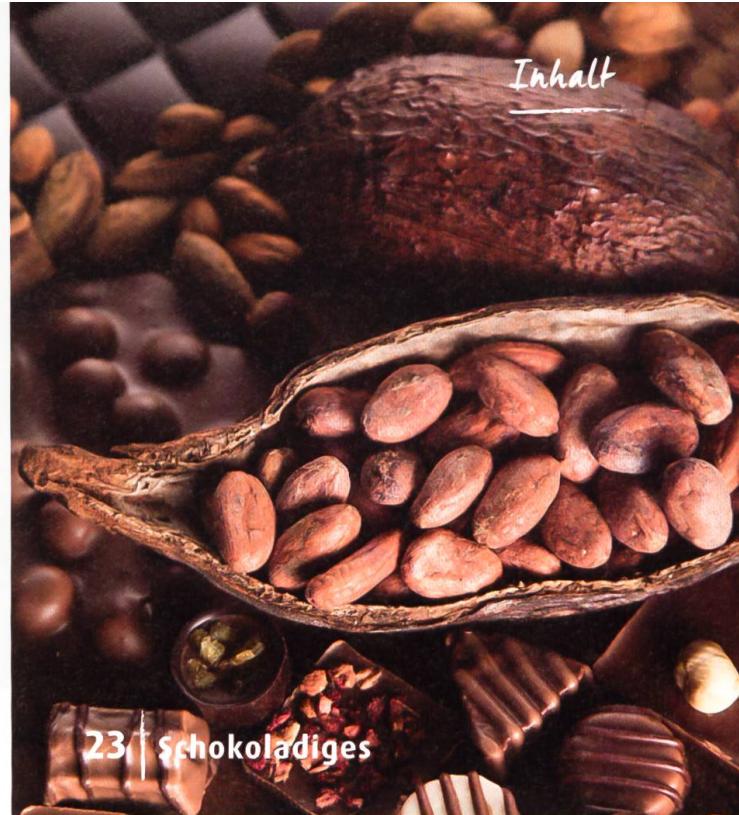
## 19 | Gesundes Gelächter

### 19 Lachen ist...

... die beste Medizin. Das ist keine Binsenweisheit sondern erforscht. Zunehmend wird auch im Spital und Pflegeheim auf die positive Wirkung lachfördernder Massnahmen gesetzt. — **Körper & Seele**

### 23 Des Kakaos herbe Güte

In dunkler Schokolade bzw. Kakao schlummern gesunde Inhaltsstoffe. Wissenschaftler wie Prof. Mark Fox aus Basel sind dem therapeutischen Nutzen des feinen Naschwerks auf der Spur. — **Ernährung & Genuss**



## 23 | Schokoladiges

**Köstlich zum Nachkochen**  
Neue Rezepte von Vreni Giger



### 28 Winterrätsel

Wer das Lösungswort knackt, dem winken attraktive Preise. Der Hauptgewinner darf sich auf einen Wellness-Kurztrip in die Berge freuen.

— **Spass & Unterhaltung**

### 30 Hatschi!

Schniefnase, Hustenreiz, Halsweh: typische Begleiter der nasskalten Jahreszeit. Gut zu wissen: Im ganz frühen Stadium lässt sich eine Erkältung noch abwehren. — **A. Vogel spezial**