Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 75 (2018)

Heft: 10: Wirksam, fein und duftig : Pflanzenwässer

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

Oktober 2018

10 Duftige Pflanzenwässer

Sie sind ein Nebenprodukt der Öl-Destillation und zugleich eine kostbare Essenz, geschätzt seit Jahrhunderten: Hydrolate. Die Einsatzmöglichkeiten der feinen Pflanzenwässer sind beachtlich, von der Medizin über die Kosmetik bis zur Verwendung in der Küche. — **Naturheilkunde & Medizin**

15 Das richtige Abendessen

Belegte Brote, deftige Genüsse oder lieber gar nichts: Was soll man abends essen? Das ist nicht nur eine Frage der Kalorien, sondern hängt vielmehr mit den nächtlichen Verdauungsvorgängen zusammen. Wir geben Tipps für ein gesundes Abendessen. — **Ernährung & Genuss**

Rubriken

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

Inhalt

Köstlich zum Nachkochen
Neue Rezepte von
Assata Walter

19 Bäume der Zukunft

Die Hitzewelle diesen Sommer brachte besonders Stadtbäume in Bedrängnis. Wissenschaftler sondieren schon seit geraumer Zeit, welches Grün künftig dem prognostizierten Klimawandel standhalten kann. — **Natur & Umwelt**

23 Autsch, Nackenprobleme

Unser Nacken ist eine heikle Stelle. Muskuläre Probleme machen sich hier recht schmerzhaft bemerkbar. Doch man kann einiges zur Vorbeugung beitragen. — **Körper & Seele**

27 Therapie per Computer

Die moderne, computerbasierte Technik wird immer häufiger als Assistent bei gesundheitlichen Problemen oder zur Rehabilitation eingesetzt. Ein Blick auf den aktuellen Stand der Anwendungsmöglichkeiten. — **Naturheilkunde & Medizin**