

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 76 (2019)
Heft: 9

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: 16.04.2026

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

September 2019

10 Wirksame Energiestösse

Stosswellen regen den Organismus zum Abbau von erkranktem Gewebe und zur Bildung von neuen Zellen an der betroffenen Stelle an. Zunehmend mehr Bereiche der Medizin machen sich das zunutze. Bei Nierensteinen ist die Methode schon längst Standard. — **Naturheilkunde & Medizin**

13 «5G» – eine Gefahr?

Die fünfte Generation der Mobilfunktechnik, «5G», soll unsere gesamte Lebenswelt revolutionieren und das «Internet der Dinge» ermöglichen. Zahlreiche Forscher warnen vor den Folgen der Mobilfunk- und WLAN-Strahlung. Was man selbst zum Schutz davor tun kann. — **Natur & Umwelt**

Rubriken

6 Fakten & Tipps
6 Buchtipps
31 Leserforum

37 Vorschau/Impressum
38 Anzeigen & Adressen



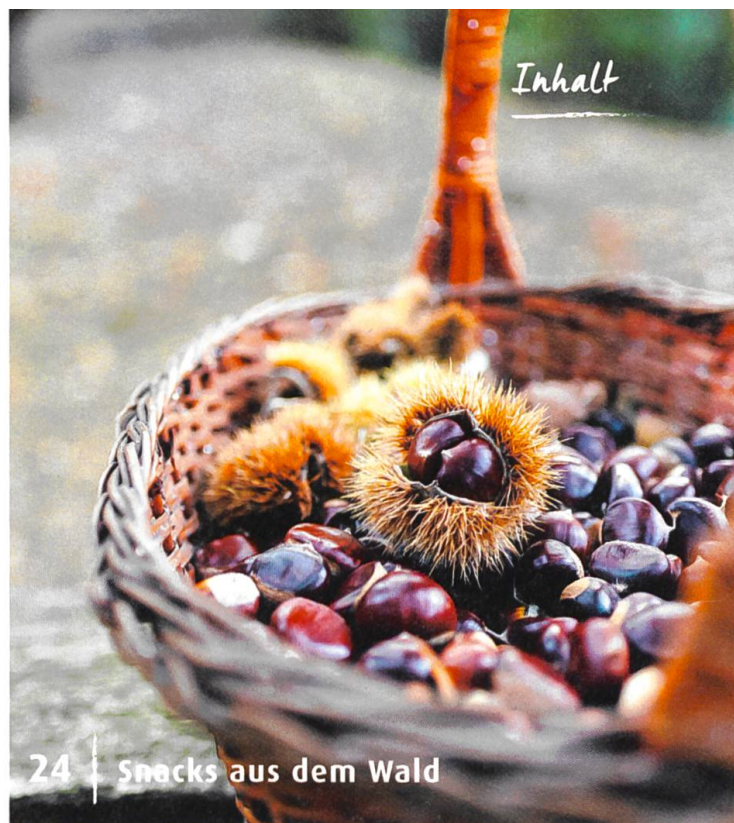
20 | Heilerde

18 Die Kraft der Gedanken

Was man von einer Top-Athletin wie Giulia Steingruber lernen kann? Dass Rückschläge überwindbar sind. Der sympathischen Kunstturnerin half während der Verletzungspause gezieltes Mentaltraining. — **A.Vogel Spezial**

20 Heilsamer «Matsch»

Ob innerlich oder äusserlich angewendet: Heilerde hat eine frappierende Wirkung und ist ein bewährtes Arznei- und Kosmetikmittel. Probieren Sie es aus! — **Lebensfreude & Wellness**



Inhalt

24 | Snacks aus dem Wald



Köstlich zum Nachkochen
Neue Rezepte von
Joannis Malathounis

24 Snacks vom Waldboden

Einfach mal gesunde Leckereien auflesen: Im Herbst lockt der Wald mit Früchten, die unsere Vorfahren in Notzeiten sehr zu schätzen wussten. Gesund sind Eicheln, Bucheckern und Co. oben-drein. Also Korb mitnehmen, Augen offen halten und bücken. — **Ernährung & Genuss**

29 Sanfte Hilfe bei Myomen

Wie Frauen mittels Ernährung und Lebensstil auf die Entwicklung der gutartigen Tumore Einfluss nehmen können. — **Naturheilkunde & Medizin**