

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 77 (2020)  
**Heft:** 3

## 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:** 02.05.2026

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

## Löwenzahn

Der Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) zählt zu den häufigsten Wiesenpflanzen, er blüht von März bis Oktober. Der Bitterstoff Taraxacin wirkt positiv auf Gallensaftbildung und Entwässerung. Er ist besonders im Frühjahr in den Blättern sowie im Sommer und Herbst in der Wurzel enthalten. Aus den frischen Blättern des jungen Löwenzahns lässt sich ein wirksamer Bittersalat zubereiten. Bei Naturheilmitteln wird das Kraut mit der Wurzel verarbeitet.

**Guter Ratgeber:  
«Die Leber  
reguliert die Gesundheit»  
24. Auflage!  
Jetzt bestellen  
(siehe Bestellkarte am Ende  
des Heftes)**

**NOVAFON**

FERSENSPORN BEHANDELN  
MIT DEM NOVAFON  
SCHALLWELLENGERÄT

Hilft bei

- Arthrose
- Gelenkschmerzen
- Fersensporn
- Narbenbehandlung
- Nackenverspannungen

**Dank Novafon schmerzfrei durchs Leben!**  
Die Schallwellen dringen 6 cm ins Gewebe ein, fördern die Durchblutung und regen den Stoffwechsel an.

Ihr Preis **CHF 330.00** inkl. Versand

? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.  
Wir freuen uns Sie zu beraten.

[www.novafon.ch](http://www.novafon.ch) | [info@birkenrot.ch](mailto:info@birkenrot.ch) | 041 558 86 41

**Fasten - Wandern - Wellness**  
mit interessanten Spezialprogrammen

Prima Hotels in Morschach SZ, Lipperswil TG, Serpiano TI, Gstaad BE, St. Moritz GR, Blitzingen VS, Flüeli-Ranft OW

[www.fasten-wandern-wellness.ch](http://www.fasten-wandern-wellness.ch)  
Ida Hofstetter, Tel. 079 257 18 33

Fasten.  
Gesundheit.  
Auszeit.

*Kurhaus  
St. Otmar*

**Wo Sie statt Meerblick mehr Blick haben.**  
Im Kurhaus St. Otmar blicken Sie aus dem Fenster und sehen mehr als Meer. Bewusst wahrnehmen, weil Fasten Ihre Sinne schärft. Bewusst erleben, weil Sie Zeit haben zum Sein.

**Fastenkuren in St. Otmar – Ihre Mehrzeit**  
Kurhaus St. Otmar · 6353 Weggis · [www.kurhaus-st-otmar.ch](http://www.kurhaus-st-otmar.ch)

**Wirksame Hilfe bei ...**

- Blasen- und Prostataproblemen
- Rheuma / Arthrose
- Reizdarmbeschwerden
- Wechseljahrbeschwerden

[www.drogerie-sonderegger.ch](http://www.drogerie-sonderegger.ch) / [www.puravita.ch](http://www.puravita.ch)

**Naturheilmittel  
aus dem  
Appenzellerland**

Gesundheit und Schönheit

**sonderegger**

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

 **Erfahrung  
Fachkompetenz  
Beratung**

**Original Birkenzucker** Jetzt hier bestellen:

Unterschiede zum Zucker

- Zahnfreundlich weniger Kalorien
- für Diabetiker geeignet
- gleiche Süßkraft wie der Haushaltszucker

Tautona  
**BIRKENZUCKER®**  
8606 Greifensee  
Mobil 079 103 88 15  
Tel. 043 538 97 02  
[info@birkenzucker-shop.ch](mailto:info@birkenzucker-shop.ch)  
[www.tautona-birkenzucker.ch](http://www.tautona-birkenzucker.ch)

versüsst Ihren Tag!







## BIO Hagebutten-Pulver in Rohkostqualität

Hagebutten-Pulver – ein wirksames Nahrungsergänzungsmittel

- Hoher natürlicher Vitamin C-Gehalt
- aus biologischem Anbau
- mit BIO Acerola
- Kann in Joghurt/Wasser eingerührt oder pur verzehrt werden



**rossi vitalprodukte**  
7550 Scuol GmbH

Erhältlich bei:  
**Rossi Vitalprodukte GmbH**  
7550 Scuol Tel. +41 (0)81 864 1074

[www.vitalprodukte.ch](http://www.vitalprodukte.ch)



## Fastenwandern im Wunderland Schweiz

Besseres Körpergefühl, besseres Leben!

Wir machen ihre Ferien im Wunderland Schweiz zu etwas Besonderem!

Buchinger Heilfasten oder Intervall-Basenfasten, wir bieten beides. Fühlen Sie den Anti-Aging Effekt. Wir freuen uns auf Sie. Mehr Info auf:

[www.fastenwandern.ch](http://www.fastenwandern.ch)

Fastenwandern GmbH, Patrizia Wechsler  
Tel. +41 77 474 16 52



## Jentschuras BasenKur

# Erlebe Dein Leben new!

Fasten erleichtert den Körper & beflügelt Geist und Seele nach der bewährten P. Jentschura Methode



**Kostenlos Proben bestellen**  
[p-jentschura.com/probe19](http://p-jentschura.com/probe19)

Jentschura (Schweiz) AG · 8806 Bäch/SZ  
[www.jentschura-shop.ch](http://www.jentschura-shop.ch)   



## Die neue Wochenzeitung für Jugendliche, die's wissen wollen.

**Jetzt gratis testen**



[spicknews.ch](http://spicknews.ch)

## Schweizer Wanderwochen

Die anderen Ferien

**Bergfrühling im Val Müstair**  
Wir lernen das einzigartige Val Müstair und seine Geschichte in der Zeit des Bergfrühlings kennen.  
**Datum: Sonntag, 5. Juli, bis Sonntag, 12. Juli 2020**

**Schönste Gipfelziele und Aussichtspunkte im Val Müstair**  
Auf den Gipfeln und Aussichtspunkten geniessen wir ein einzigartiges Panorama: vom Ortler-Massiv über den Weisskogel bis zum Piz Bernina reicht der imposante Horizont.  
**Datum: Sonntag, 13. September, bis Sonntag, 20. September 2020**

**Leitung, Auskunft und ausführliche Unterlagen**  
Dr. med. Peter Meier-Schlittler, Allgemeinmedizin FMH, Sager 225, 4954 Wyssachen/BE  
Tel.: 062 964 02 81,  
[www.schweizer-wanderwochen.ch](http://www.schweizer-wanderwochen.ch)

# Engel Tofu®



**Tofu der feinsten Art**

**erhältlich in Reformhäusern und Bioläden oder direkt bei uns**

Genossenschaft Tofurei Engel Allmend 3 8967 Widen [www.engel-tofu.ch](http://www.engel-tofu.ch)



## Floradix® Eisen

Erhältlich in Ihrer Drogerie und Apotheke.



Gut verträglich  
und bewährt-  
mit natürlichen  
Kräuterextrakten

[floradix.ch](http://floradix.ch)

## Intima2000®: Eine Schweizer Innovation hilft bei Problemen am stillen Örtchen.

Intima2000® ist die erste ganzheitliche Lösung bei intimen Problemen auf der Toilette. **Ob Verstopfung, schmerzhafte Hämorrhoiden, Fissuren, Divertikel, Abszesse, Ekzeme, Hygiene-Schwierigkeiten bei Erkrankungen im Analbereich, zur gezielten Entleerung bei Stuhlinkontinenz und nach operativen Eingriffen:** Intima2000® bietet Hilfe auf einfache und natürliche Art. Die praktische Kombination aus Klistiergerät und Intim-dusche funktioniert mit reinem Wasser und kann auf zwei Arten benutzt werden.

Die Klistier-Anwendung ermöglicht einen normalen und schmerzlindernden Stuhlgang bei Verstopfung und vielen Begleiterscheinungen insbesondere bei Fissuren, Hämorrhoiden und Ekzemen oder dient **zur Entschlackung bei Fastenkuren und unterstützt Ausleitungstherapien wie z.B. Amalgamvergiftungen.** Die Colonspülung mit Intima2000® trägt massgeblich zum allgemeinen Wohlbefinden bei. In jedem Fall als unterstützende Massnahme bei Divertikeln und bei Erkrankungen, bei denen vermutet wird, dass sie durch eine Selbstvergiftung des Körpers mit verursacht werden. Dazu gehören **Konzentrationsprobleme, Müdigkeit, depressive Verstimmungen, Blähungen, Hautprobleme wie Akne und Psoriasis, Migräne, hoher Blut-**

**druck, rheumatische Beschwerden und allergische Erkrankungen.**

Die äussere Anwendung sorgt für eine hygienische, schonende und schmerzfreie Reinigung des Gesässbereichs und hinterlässt ein restloses Gefühl von Sauberkeit und Wohlbefinden.

Intima2000® kann schnell und ohne Aufwand an jedem Duschschauch der Duscharmatur angeschlossen werden. Mit wenig Zubehör auch an jeder Waschtisch- oder Wannenarmatur. Sie ist klein und portabel und deshalb auch auf Reisen und für die Ferien geeignet. **Die Anwendung erfolgt direkt auf der Toilette in sitzender Position** und ohne körperliche Anstrengung. Dies gewährleistet auch die absolut saubere Anwendung **ohne Verschmutzungsgefahr** von Körperteilen, von Intima2000® oder dem Badezimmer. Wassertemperatur und Wasserdurchlauf lassen sich individuell einstellen.

Intima2000® ist ein kostengünstiges Medizinalgerät, das selbstständig und ohne fremde Hilfe benutzt werden kann und ein grosses Stück Intimsphäre sowie Lebensqualität zurückbringt. Intima2000® ist aber auch für Pflegefachpersonen anwenderfreundlich und unterstützt die ärztliche und pflegerische Therapie.



**Anstrengende Sitzungen auf der Toilette?**

[www.intima2000.ch](http://www.intima2000.ch)

**Exklusiv für Leser der «Gesundheits-Nachrichten»: 10% Rabatt!**

**Jetzt bestellen: alle Intima2000® Standard mit 10% Rabatt.**

Bitte senden Sie mir: \_\_\_\_ Intima2000® Standard à Fr. 152.– (statt Fr. 169.–)

inkl. MWSt., plus Fr. 9.– Verpackung/Versand. Angebot gültig bis 6. April 2020, solange Vorrat und nur für die Schweiz. Bestellungen für die EU: Preis + Versandkosten bitte anfragen.

Vorname/Name \_\_\_\_\_

Strasse, Nr. \_\_\_\_\_ PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_ Telefon: \_\_\_\_\_

Bestellung einsenden an: ANDEX MedSelfcare Solution, Bernstrasse 84, 8964 Rudolfstetten.  
Oder per E-Mail [info@intima2000.ch](mailto:info@intima2000.ch), im OnlineShop, per Telefon 056 633 28 85 – jeweils mit Vermerk «GN 3/20».

**INTIMA 2000**  
Ein gutes Gefühl.



### Die «Gesundheits-Nachrichten» auch digital

Auf [epaper.avogel.ch](http://epaper.avogel.ch) bzw. [epaper.avogel.de](http://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.



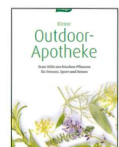
### Wir empfehlen

#### Schmerzfreier Nacken

Kay Bartraw

Mehr Infos siehe Seite 6  
Softcover, 142 S.

**Best.-Nr. 512**  
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, broschiert, 235 S.

**Best.-Nr. 80**  
CHF 18.50



### Guter Ratgeber

#### Die Leber reguliert die Gesundheit

Neu durchgesehene, 24. Auflage,  
mit einem Vorwort von Dr. Silvia  
Bommer und 69 Anmerkungen,  
brochiert, 460 S.

**Best.-Nr. 30**  
CHF 27.50

 Weitere Buchempfehlungen  
auf [buecher.avogel.ch](http://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

Alle Preise inkl. MwSt.

### Adresse

Name

Vorname  Jahrg.

Strasse

PLZ/Ort

E-Mail\*

Unterschrift  Datum

Geschenkabo  Probeabo geht an

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

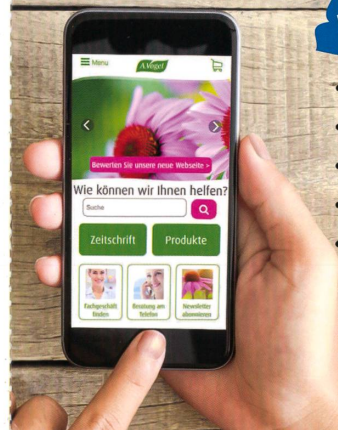
\*Mit der Angabe Ihrer E-Mail-Adresse bestätigen Sie, dass Sie den kostenlosen monatlichen Gesundheits-Newsletter von A.Vogel wünschen. Sie können den E-Mail-Newsletter jederzeit abbestellen.

GN 03-2020 CH

### Besuchen Sie unsere Webseite:

[www.avogel.ch](http://www.avogel.ch)

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



Jetzt Newsletter abonnieren!



**Sonderpreis**

Schmerzen lindern

**Heilkräuter und Gewürze gegen Schmerzen**

Sanja Lončar u.a.

Hardcover, 237 S.

**Best.-Nr. 511**  
CHF 28.50

Gut erklärt, einfach auszuführen

**Golden Age Apotheke**

Eva Fauma

kartoniert, 112 S.

**Best.-Nr. 510**  
CHF 24.90

Pflanzliche Helfer

**Heilende Mundspülungen**

Dr. Nicole Wagner

Softcover, 248 S.

**Best.-Nr. 481**  
CHF 28.90

Sanfte Übungen

**Qigong für Frauen**

Bernadett Gera

Broschur, 128 S.

**Best.-Nr. 508**  
CHF 14.50

Therapien im Porträt

**Starke Knochen. Osteoporose richtig behandeln.**

Dr. med. Peter Krapf

Softcover, 127 S.

**Best.-Nr. 507**  
CHF 25.90

Mit vielen Rezepten

**Praxishandbuch Frauenkräuter**

Margret Madejsky

Softcover, 236 S.

**Best.-Nr. 506**  
CHF 26.90

Schmerzen lindern

**Ich helfe mir selbst – Gicht**

Andrea Flemmer

Softcover, 128 S.

**Best.-Nr. 505**  
CHF 29.90

Übungsbuch

**Energiequelle Beckenboden**

Heike Höfler

brochiert, 127 S.

**Best.-Nr. 389**  
CHF 12.90

431485

66  
1698

**AZB**

CH-9053 Teufen  
P.P./Journal  
Post CH AG

ANZAHL 26

PLZ 80

ETH Zürich  
Frau Janine Dädler  
ETH-Bibliothek / DigiCenter  
Rämistrasse 101  
8092 Zürich

Liebe AbonentInnen

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.

*Gesundheit  
im Abonnement*



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

# Häufiger Harndrang?

1 Kapsel  
pro Tag



## Eine Antwort der Natur: Prostan®

Lindert Beschwerden wie  
Harndrang infolge beginnender  
Prostatavergrösserung.

www.prostata.avogel.ch



Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.  
Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.  
A.Vogel AG, 9325 Roggwil.



**B**



GAS/ECR/ICR

nicht frankieren  
ne pas affranchir  
non affrancare  
50015486  
000001



Verlag A.Vogel AG  
Postfach 63  
CH-9053 Teufen



Outdoor-  
Apotheke

*Ideal für unterwegs*

Für alle, die die Natur lieben:

**Kleine Outdoor-Apotheke**

Erste Hilfe mit frischen Pflanzen  
für Freizeit, Sport und Reisen



www.buecher.avogel.ch