

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 77 (2020)  
**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:** 22.02.2026

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



10 | Östrogenwirksame Pflanzen

# September 2020

## 10 Östrogenwirksam...

Auf die Hormone einwirken mit der Kraft der Natur: Es gibt so einige Pflanzen, die sich gut dazu eignen. So lassen sich z.B. Wechseljahrbeschwerden ganz gut in den Griff bekommen. Wie man Rotklee, Granatapfel, Yams & Co. einsetzt und anwendet.

— Naturheilkunde & Medizin

## 14 Feines Mahlgut

Mehl gilt als Allerweltsprodukt und ist doch so viel mehr. Es kommt eben auf die Sorte an, auf die Herkunft und wofür man es einsetzen möchte. Wir bieten einen Überblick über diverse, auch getreidefreie Mehle. Brot-Sommelier Peter Kasimow gibt zudem gute Tipps. — Ernährung & Genuss

## Rubriken

- 6 Fakten & Tipps
- 6 Buchtipp
- 31 Leserforum

- 37 Vorschau/Impressum
- 38 Anzeigen & Adressen



**Köstlich zum Nachkochen**  
Feine Rezepte von Georg Reuter

## 19 Gefährliche Sepsis

Ob durch eine Schramme von der Gartenarbeit oder als Folge einer Operation: Es gibt viele Situationen, die zu einer Blutvergiftung führen können. Entscheidend ist, die Symptome richtig zu deuten und rasch zu handeln. — **Naturheilkunde & Medizin**

## 23 Wohngesunde Häuser

Wohnbaupioniere haben es sich zum Ziel gesetzt, «gesunde» Häuser aus Holz zu bauen. Was man über diesen Trend wissen sollte, welche guten Vorbilder es gibt. — **Natur & Umwelt**

## 27 Werden wir bald alle 100?

Ist das Alter eine Krankheit? Führende internationale Forscher sehen das so und setzen alles daran, unsere Langlebigkeitsgene zu entdecken und Methoden zu finden, die uns gesund uralt werden lassen. — **Naturheilkunde & Medizin**

## 30 «Trost der Sterblichkeit»

In der Serie «Medizin 2020» beleuchtet Prof. Nikola Biller-Andorno die ethischen Aspekte der aktuellen Altersforschung. — **Naturheilkunde & Medizin**