

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 77 (2020)  
**Heft:** 10  
  
**Rubrik:** Vorschau & Impressum

### **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:** 11.01.2026

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

# Im nächsten Heft



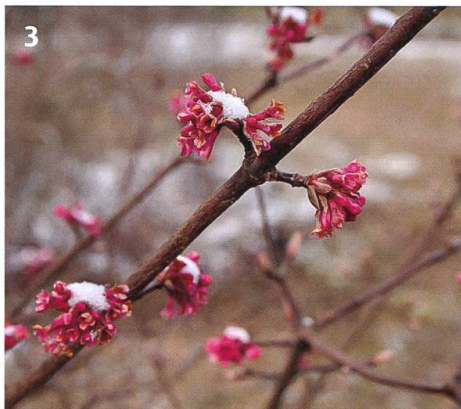
## 1 Pflanzen für guten Schlaf

Wer Ein- oder Durchschlafprobleme hat, sollte auf bewährte Heilpflanzen wie z.B. Hopfen setzen. Wir stellen pflanzliche «Schlafhelfer» vor.



## 2 Vielseitige Hülsenfrucht

Kichererbsen sind reich an Eiweiss und Ballaststoffen und lassen sich variantenreich zubereiten.



## 3 Robuste Winterblüher

Zarter Blütenflor im Garten während der dunklen Jahreszeit? Mit den richtigen Pflanzen kein Problem.

**Brust-Check:**  
Wichtige taktile Untersuchung

**Blinddarm, Mandeln, Milz:** Entbehrlich oder nicht?

## Impressum

**A.Vogel Gesundheits-Nachrichten** Natürlich gesund leben, Nr. 10 Oktober 2020, 77. Jahrgang, erscheint 10-mal im Jahr, Copyright by Verlag A.Vogel AG | **Redaktion und Verlag** Verlag A.Vogel AG, Hättschen, Postfach 63, CH-9053 Teufen, Tel. +41 (0)71 335 66 66, E-Mail: info@verlag-avogel.ch, Internet: www.verlag-avogel.ch und www.gesundheits-nachrichten.ch | **Verlag A. Vogel Deutschland** c/o A. Stüber GmbH, Tel. +49 (0)7121 960 80, E-Mail: verlag@stuebers.de | **Redaktion** Andrea Pauli (Redaktionsleitung), a.pauli@verlag-avogel.ch, Tino Richter, t.richter@verlag-avogel.ch | **Verlagsleiter** Clemens Umbricht, c.umbricht@verlag-avogel.ch | **Anzeigen** KünzlerBachmann Verlag AG, Thomas Riedmann, Tel. +41 71 314 04 28, E-Mail: gn@kueba.ch | **Mitarbeiter dieser Ausgabe** Gisela Dürselen, Andrea Flemmer, Claudia Rawer, Heinz Scholz, Assata Walter (Rezepte), Adrian Zeller | **Fotos** 123RF (M. Adamczyk, V. Azima, D. V. Cervo, cokemomo, Dmytro, W. Frida, L. Glasner, iko, K. Jaehne, N. Khlapushyna, madllen, S. T. Mazzocco, mturhanlar, E. Naumov, Ontakrai, sereznii, viperagg, S. Vlasiuk, M. Wachirasettakul, O. Yastremska, A. Zimbelmann), Elisabeth Faber, German Jossen, Mauritius Images (T. Baibakova; A. Popov), Assata Walter (Rezepte), Heinz Scholz | **Satz, Lithos** Amagoo AG, Arbon | **Druck** Ostschweiz Druck, Wittenbach | **Papier** Chlorfrei gebleicht | **Jahresabonnement** Schweiz: CHF 40.50 inkl. MwSt., EU: EURO 26.00/Nicht-EU: CHF 44.70, übrige Länder: CHF 55.– | **Abonnements & Bücher** Verlag A.Vogel AG, Hättschen, Postfach 63, CH-9053 Teufen, Tel. +41 71 335 66 66, Fax +41 71 335 66 88, E-Mail: info@verlag-avogel.ch