Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 78 (2021)

Heft: 1-2

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: 16.12.2025

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

Januar/Februar 2021

10 Natürliche Blutverdünner

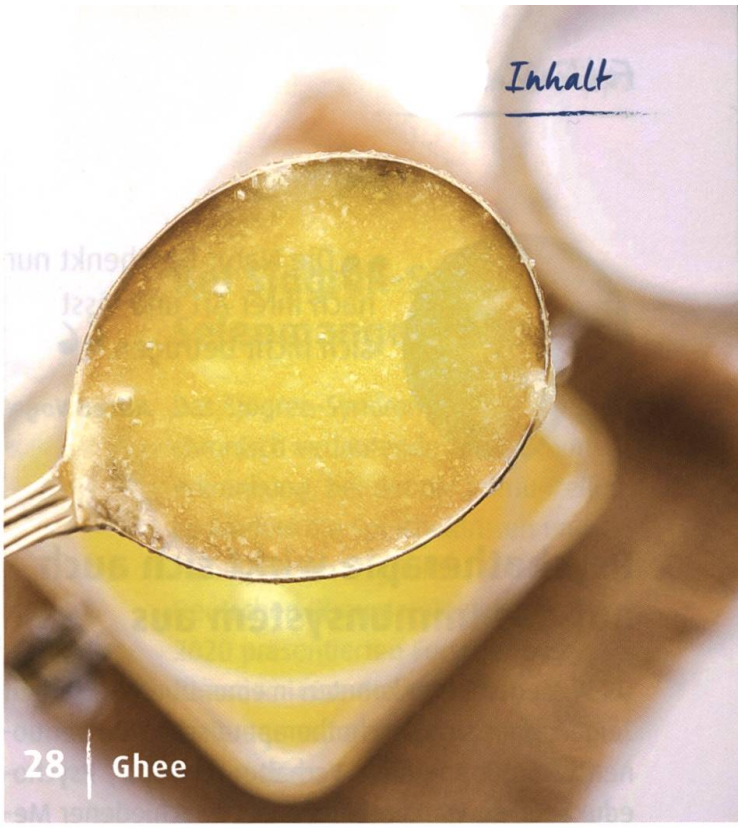
Wer es geschickt anstellt, kann sein Blut gut fliessfähig halten und auch den Blutdruck dauerhaft senken – die richtige Ernährung ist dabei die beste Medizin. Was man vermeiden sollte und was neben der optimalen Nahrung sonst noch hilfreich ist. — **Naturheilkunde & Medizin**

14 Covid-19 und die Folgen

Noch immer bedroht Sars-CoV-2 unsere Gesundheit – ein grundsätzlicher Blick darauf, was man bislang gesichert über das Virus weiss. Ausserdem: Welche Symptome man beachten sollte, welcher Schutz sinnvoll ist, welche Behandlungsoptionen es gibt. — **Naturheilkunde & Medizin**

Rubriken

6 **Fakten & Tipps**
6 **Buchtipp**
32 **Leserforum**
37 **Vorschau/Impressum**
38 **Konsum & Lebensstil**
39 **Markt & Info**



19 Nützlicher Kaffeesatz

Viel zu schade zum Wegwerfen: Was findige Unternehmer aus den Überbleibseln der Kaffeezubereitung machen und wie man Kaffeesatz klug im Alltag nutzen kann. — **Natur & Umwelt**

22 Zunge raus!

Ob weisslich belegt, rissig oder gerötet: Am Zustand der Zunge lässt sich einiges über die gesundheitliche Verfassung ablesen. Was man über Zungendiagnostik wissen und warum man das Organ im Auge behalten sollte. — **Körper & Seele**

26 Winterliche Knacknuss

Machen Sie mit bei unserem Rätsel und gewinnen Sie mit etwas Glück einen unserer 21 attraktiven Preise. — **Spass & Unterhaltung**

28 Ghee – goldenes Elixier

Im Ayurveda gilt geklärte Butter als wichtiger Bestandteil der Ernährung und wird auch zur Heilbehandlung eingesetzt. Warum das goldgelbe Fett so gesund ist. — **Ernährung & Genuss**