

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 79 (2022)
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: 30.01.2026

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



10 | Histaminintoleranz

September 2022

10 Diagnose: «HIT»

Eine feine Käseplatte, ein Glas guten Rotweins – und danach melden sich Beschwerden? Wem das so geht und wer auch sonst mit Magen-Darm-Problemen auf diverse Nahrungsmittel reagiert, sollte eine Histaminintoleranz in Betracht ziehen. Wir klären auf. — **Naturheilkunde & Medizin**

15 Tolle Knolle

Kartoffeln sind nicht nur ein beliebtes Grundnahrungsmittel, sie lassen sich zudem vielseitig in Haushalt und Kosmetik sowie als bewährtes heilsmisches Hausmittel einsetzen. Infos und Tipps rund um das kohlenhydratreiche Knollengewächs. — **Ernährung & Genuss**

Rubriken

- 6 Fakten & Tipps
- 6 Buchtipp
- 32 Leserforum

- 37 Vorschau/Impressum
- 38 Konsum & Lebensstil
- 39 Markt & Info



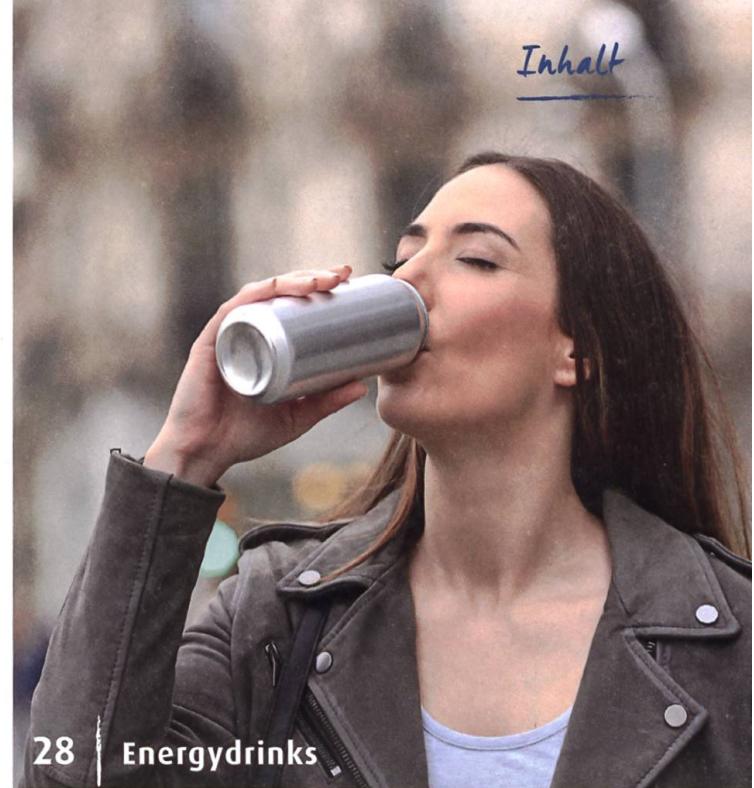
24 | **Hecken**

19 Basische Herbstkur

Eine Basenkur bringt man eher mit dem Frühling in Verbindung. Warum sie auch im Herbst nützlich sein kann, wie man die Kräuter dafür sammelt und Rezeptbeispiele. — **Naturheilkunde & Medizin**

24 Lebensraum Hecke

Mancher hält Hecken für entbehrliches Gestrüpp. Doch sie sind wichtige Bereiche für Tiere und Pflanzen und nützen auch der Landwirtschaft. — **Natur & Umwelt**



28 | **Energydrinks**

Inhalt



Köstlich zum Nachkochen:
Feine Rezepte von
Georg Reuter

28 Energie aus der Dose?

Schnell mal eine Dose Energydrink in sich hineingeschüttet und schon ist man leistungsfähiger denn je? Das möchte uns die Werbung glauben machen. Warum die Trendgetränke eine Belastung für unsere Gesundheit sind. — **Körper & Seele**