

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 80 (2023)
Heft: 5

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>

Besser erholt: Shaktimatte



Die Shakti-Akupressurmatte ist ein anwenderfreundliches Hilfsmittel in Form einer Nagelmatte. Sie löst Verspannungen, erhöht die Blutzirkulation und die Durchblutung des Muskelgewebes. Durch die kleinen Spitzen werden tiefliegende Nerven intensiv stimuliert, was u.a. zur Ausschüttung von Endorphinen und damit zur Schmerzlinderung, Tiefenentspannung, Stresslinderung und einem allgemeinem Wohlbefinden führt. Hilfreich sowohl bei Rücken- und Nackenschmerzen, Muskelverspannungen und Durchblutungsstörungen als auch bei Stress, Schlafstörungen, Kopfschmerzen und Erschöpfungszuständen. Erhältlich im Fachhandel oder unter Tel. +41 (0)43 268 99 40, www.shaktisuisse.ch sowie www.naturefirst.ch.

DermaPlast® AQUA: No Limits

Das transparente und atmungsaktive Pflaster mit nicht verklebender Wundaufgabe ist absolut wasserdicht und hautfreundlich. DermaPlast® AQUA Pflaster sind in verschiedenen Formaten und Motiven erhältlich. Sie bieten Schutz vor Wasser und Feuchtigkeit, das ideale Pflaster für die Reise- und Badesaison. Weitere Infos unter www.dermaplast.ch.



Erde für den Familiengarten

Wie wäre es mit einem Gartenprojekt für die ganze Familie? Egal ob im Blumentopf, dem Hochbeet oder im Garten: Bei uns finden Sie die passende Erde für jedes Vorhaben. Selbst gepflanztes Gemüse schmeckt einfach besser! Das gesamte Sortiment mit über 50 Substraten finden Sie auf www.ricoter.ch. Jetzt Anleitungsvideos anschauen und loslegen: www.ricoter.ch/de/ratgeber.php.

 Auf dieser Seite kommen unsere Anzeigenkunden zu Wort. Sie sind für den Inhalt verantwortlich. anzeigen.avogel.ch

SRC Inkontinenz- Leggings

Unterstützung bei Inkontinenz und Prolaps

- Das anatomische Stützgewebe der Leggings entlastet bei leichtem Prolaps und leichtem Harndrang
- Aktivierung und Stärkung der Beckenbodenmuskulatur
- Positive Auswirkung auf die Blasen- und Gebärmutterfunktion
- 70% signifikante Verbesserung bei leichter Harninkontinenz und leichtem Prolaps*

Bestellen Sie jetzt das kostenlose Massband für eine unkomplizierte Grössenbestimmung.

Sie finden alle Infos auf unserer Webseite www.srchealth.ch

* mehr Information über die Studien finden Sie auf der Webseite.



birkenrot® **SRCHEALTH**
Support fürs Leben

www.srchealth.ch | info@birkenrot.ch | 041 558 86 41

Fasten.
Gesundheit.
Auszeit.



Findet mich das Glück?

Im Kurhaus St. Otmar haben Sie Ruhe und Zeit, sich vom Glück finden zu lassen. Denn Glück ist Gesundheit, Auszeit, Lebenszeit. In unseren Fastenwochen bekommen Sie genau das. Viel Zeit zum Glücklich sein. Und sich finden... lassen.

Fastenkuren in St. Otmar – Ihre persönliche Glückszeit.

Kurhaus St. Otmar · 6353 Weggis · www.kurhaus-st-otmar.ch

«Ihr Aus- und Weiterbildungs-
institut IKP: wissenschaftlich –
praxisbezogen – anerkannt.»

Mit Option zum eidg. Diplom
Neu: Finanzierung Ihrer Aus-
bildung durch Bundesbeiträge

**Ganzheitlich-Integrative(r)
Atemtherapeut(in) IKP**

Ressourcenorientierte Prozessbegleitung
durch Atem- und Körpertherapie.
3 Jahre. EMR und ASCA-angemerkt.

Info-Abend
in Zürich:
3. Juli

Mehr Infos?
ikp-therapien.com
Tel. 044 242 29 30

EDUQUA 

Seit 40 Jahren anerkannt

Das wertvollste Getreide.



**PURER
URDINKEL
GENUSS**



Knuspriger UrDinkel-Genuss ohne Zucker

Die UrDinkel-Flakes aus dem wertvollsten Getreide überraschen mit ihrer Knusprigkeit. Und dies ohne Zusatzstoffe, dafür mit wohltuenden Ballaststoffen aus dem vollen Korn. Purer UrDinkel-Genuss – jetzt in Ihrer Migros.

urdinkel.ch

Mein Salz,
mein Geschmack



Rezept-Ideen:
www.herbamare.ch

A.Vogel

Herbamare®

Meersalz mit Gemüse und Kräutern

 Nur echt mit frischen Kräutern.
Bio, vegan und frei von Zusatzstoffen.



Lesefreude: Eine Investition in die Zukunft



www.spick.ch

EMPFOHLEN VON DER
Stiftung Lesen



Die «Gesundheits-Nachrichten» auch digital

Auf www.avogel.ch/epaper 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 Abo-Nummer kostenlos herunterladen.



Wir empfehlen

Chronische Darmkrankheiten natürlich behandeln

Claudia Ritter
Mehr Infos siehe Seite 6

Best.-Nr. 544
CHF 32.00



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



Der Klassiker

Der kleine Doktor von Alfred Vogel

74. Auflage, mit vielen Anmerkungen. Leinen mit Schutzumschlag, 856 S.

Best.-Nr. 12
CHF 48.00

 Weitere Buchempfehlungen auf www.avogel.ch/buecher



Zwischen Küche und Hausapotheke

Nutrazeutika
Dr. Karin Buchart
broschiert, 192 S.

Best.-Nr. 543
CHF 34.50



Mit der Kraft der Mitochondrien

Zell Reset
M. Auerswald/
M. Krowicki
broschiert, 143 S.

Best.-Nr. 542
CHF 27.90



Erektionsstörungen überwinden

Potenz auf Rezept
Dr. med. Christoph Pies
broschiert, 150 S.

Best.-Nr. 541
CHF 27.90



Was der Körper wirklich braucht

Plant.Based.
Laura Merten,
Dr. med. Marie Ahluwalia
Hardcover, 224 S.

Best.-Nr. 538
CHF 30.90



Fusschmerzen mühelos beheben

Die einfachsten Fuss-Übungen aller Zeiten
A. Fengler/Dr. med. M. Gall
broschiert, 128 S.

Best.-Nr. 537
CHF 25.90



Mit Krafttraining zur Heilung

Osteoporose ist heilbar!
Dr. med. Martin Weiss
Softcover, 146 S.

Best.-Nr. 533
CHF 25.90



Schmerzfrei mit Dehnungsübungen

Stretching
Karin Albrecht
kartoniert, 144 S.

Best.-Nr. 529
CHF 25.90



Hilfreiche Tipps bei Knieproblemen

Fokus Knie
PD Dr. Patrick Weninger
Softcover, 128 S.

Best.-Nr. 525
CHF 24.90

431485

108
1766

Liebe AbonnentInnen

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.

ANZAHL 19

ETH Zürich
Frau Janine Dadier
ETH-Bibliothek / Digicenter
Rämistrasse 101
8092 Zürich

PLZ 80

AZB

CH-9053 Teufen
P.P. / Journal

Post CH AG

Gesundheitsnachrichten

Hitzewallungen?

Ich bleibe cool...

1 Tablette
pro Tag



Menosan® Salvia

- Lindert übermässiges Schwitzen und aufsteigende Wärmegefühle
- Aus frischem Salbei

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.
Lesen Sie die Packungsbeilage.
A.Vogel AG, Roggwil TG.

Eine Antwort der Natur

