

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 80 (2023)
Heft: 11

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 23.05.2025

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



10 | Warmes für die Kehle

November 2023

10 Balsam für die Kehle

Der Herbst kommt, der Hals kratzt? Jetzt erst mal ein Hausmittel! Wir geben Ihnen Tipps zur Herstellung wohltuender Getränke, die bei aufkommenden Erkältungsanzeichen genau das Richtige sind. Die Zutaten dafür hat man meist daheim, etwa Zwiebeln. — **Naturheilkunde & Medizin**

15 Melatonin

Unser Körper produziert das Schlafhormon ganz von selbst, allerdings nicht immer in ausreichender Menge. Schlafprobleme können die Folge sein. Sehr populär sind Ergänzungspräparate. Was man über Melatonin und seine Einsatzgebiete wissen sollte. — **Naturheilkunde & Medizin**

Rubriken

- 6 Fakten & Tipps
- 6 Buchtipps
- 34 Lesergalerie

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



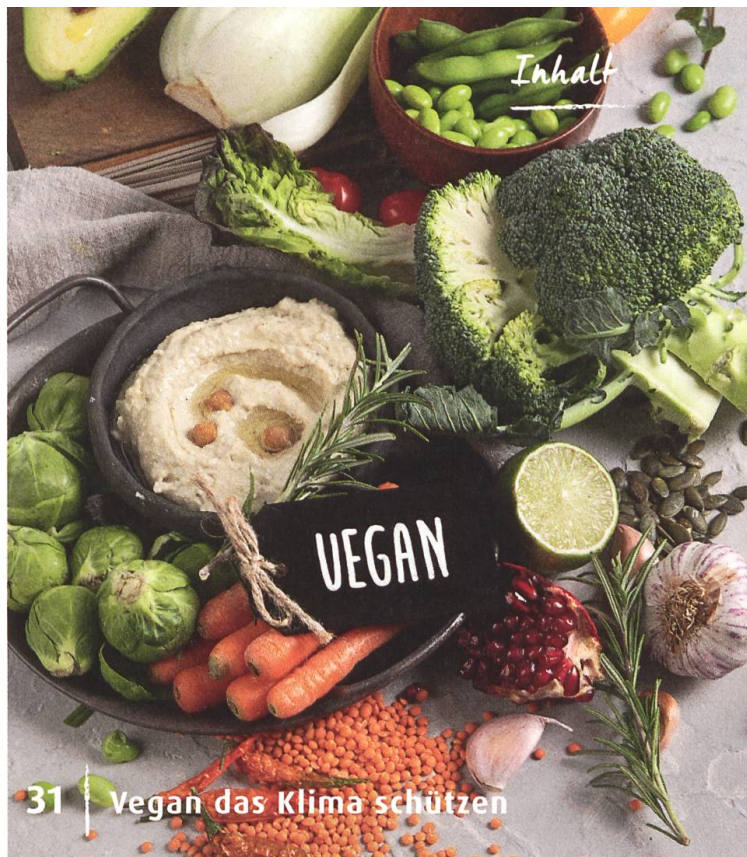
19 | PFAS im Trinkwasser

19 Ewige Chemiebelastung

PFAS, schon mal gehört? Wir informieren über die Chemikalien, ihre Auswirkungen und die Belastung der Natur. — **Natur & Umwelt**

23 Ganzheitliche Massage

Endlich wieder in Balance kommen, in Einklang mit sich und dem Körper, das wünschen sich viele Frauen, besonders in den Wechseljahren. Wie die Therapeutische Frauenmassage (TFM) dabei unterstützen kann. — **Körper & Seele**



31 | Vegan das Klima schützen



Köstlich zum Nachkochen
Feine Rezepte von
Georg Reuter

27 Wann macht Lärm krank?

Lärm ist ein Schadstoff, dessen Wirkung viel zu lange unterschätzt wurde. Wie er auf uns wirkt, wie wir uns schützen können. — **Körper & Seele**

31 Vegan die Umwelt retten

Im völligen Verzicht auf alle tierischen Produkte sehen viele eine grosse Chance, um dem Klimawandel etwas entgegenzusetzen. Lässt sich also vegan die Welt retten? — **Ernährung & Genuss**