

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 81 (2024)

**Heft:** 1-2

**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:** 09.01.2026

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

# Im nächsten Heft



## 1 Heilkräftiger Boldo

Die Pflanze aus südamerikanischen Trockengebieten regt hervorragend die Verdauung an und wirkt krampflösend. Wir klären, wie man sie nutzt.

## 2 Fit durch weniger Essen?

Neue Erkenntnisse zum Effekt von Nahrungskarenz auf den menschlichen Organismus.

## 3 Frauen und Herzinfarkt

Noch immer werden die Symptome nicht richtig gedeutet. Was jede Frau darüber wissen sollte.

**Pflanzenuhr:** An der Blüte die Zeit ablesen.



**Unterschätzte Fussarbeit**  
Training der Zehenmuskeln

## Impressum

**A.Vogel Gesundheits-Nachrichten** Natürlich gesund leben, Nr. 1-2 Januar/Februar 2024, 80. Jahrgang, erscheint 10-mal im Jahr, Copyright by Verlag A.Vogel AG | **Redaktion und Verlag** Verlag A.Vogel AG, Hätschen, 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 | **Verlagsleitung:** Clemens Umbricht, c.umbricht@verlag-avogel.ch | **Anzeigen** KünzlerBachmann Verlag AG, Olaf Aperdannier, Tel. +41 71 314 04 79, E-Mail: o.aperdannier@kueba.ch | **Mitarbeiter dieser Ausgabe** Tine Bielecki, Gisela Dürselen, Petra Horat Gutman, Katja von Lipinski, Assata Walter (Rezepte) | **Fotos** 123RF (a7880s, alekseyliss, alfamax76, archnoi1, asphoto777, cjaman, corporatesounds, crampinini, daciyanlogan, dapiyupi, davids47, denismart, extender01, georgerudy, henadzipechand, irinamedvedeva, mankapook, mars58, meykitchen, mindsparks, morphart, nastudio, nd3000, nexusby, nexusby, olenatroschak, paylessimages, pirmagefactory, rraven, shootdjem, sotnichenko, spukkato, standrets, stockgiu, subliminalclown, SvetlanaK, terovesalainen, terriana, tsuguliev, valzann, virtosmedia, voronaman, yoshiee, zinkevych), iStock (ibusca), K. v. Lipinski, Assata Walter (Rezepte), WikimediaCommons (A. Salo, K. Stüber, P. Novoa) | **Satz, Lithos, Druck** Ostschweiz Druck, Wittenbach | **Papier** Chlorfrei gebleicht | **Jahresabonnement** Schweiz: CHF 44.- inkl. MwSt., EU-Wohnsitz: EURO 35.-/Nicht-EU: CHF 48.50, übrige Länder: CHF 58.50 | **Abonnements & Bücher** Verlag A.Vogel AG, Hätschen, Postfach 63, CH-9053 Teufen, Tel. +41 71 335 66 66, Fax +41 71 335 66 88, E-Mail: info@verlag-avogel.ch