

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 81 (2024)  
**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:** 02.05.2026

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



10 | Hagebutte

# September 2024

## 10 Multitalent Hagebutte

Sie ist ein erstklassiger Vitamin-C-Spender und verfügt über eine Vielzahl weiterer gesundheitsfördernder Inhaltsstoffe: Die Hagebutte ist ein echter Allrounder der Volksmedizin. Wir beleuchten den Stand der wissenschaftlichen Forschung zur Wirkweise. — **Naturheilkunde & Medizin**

## 14 Sedierung beim Zahnarzt

Schnell schön wegdämmern, wenn der Zahnarzt sich mit dem Bohrer ans Werk macht? Klingt verlockend. Doch eine entsprechende Sedierung will gut überlegt sein. Was man zu Narkosemöglichkeiten in der zahnärztlichen Praxis wissen sollte. — **Naturheilkunde & Medizin**

## Rubriken

6 **Fakten & Tipps**  
34 **Lesergalerie**  
37 **Vorschau/Impressum**

38 **Konsum & Lebensstil**  
39 **Markt & Info**



18 | Samen

## 18 Knackige Kraft-Körnchen

Sie sind klein und doch so gesund: In Samen steckt viel Gutes, weshalb man sie viel häufiger auf den Speisezetteln setzen sollte. — **Ernährung & Genuss**

## 22 Huch, ein Purpurfleck!

Wo kommt jetzt dieser scharlachrote Fleck her? Mit zunehmendem Alter ist man häufiger mit solchen Erscheinungen konfrontiert. Wir klären auf, was dahintersteckt. — **Naturheilkunde & Medizin**



30 | Muskelkater



**Köstlich zum Nachkochen**  
Feine Rezepte von  
Assata Walter

## 26 Giftige Schönheit

Eiben sind faszinierende Nadelbäume mit einer spannenden Geschichte. Schauen Sie mit uns mal näher hin! — **Natur & Umwelt**

## 30 Überforderte Muskeln

Da rafft man sich endlich zum Sport auf und dann das: schmerzender Muskelkater! Woher die Beschwerden kommen und was man dagegen tun kann. — **Körper & Seele**