

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 81 (2024)
Heft: 11

Vorwort: Füße massieren, Früchte geniessen
Autor: Pauli, Andrea

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: 12.03.2026

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



Füsse massieren, Früchte geniessen

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Tablette einwerfen und Ruhe herrscht? Dieses eindimensionale Schema ist längst passé in der modernen Schmerztherapie. Heute verfolgt man einen «multimodalen Ansatz», also die Behandlung chronischer Schmerzen mittels verschiedener Verfahren. Dazu durfte ich im September im Rahmen einer Fortbildung spannenden Input von Dr. Petra Hoederath (Hirslanden Kliniken Stephanshorn, St. Gallen) und Dr. Andreas Thueler (Chefarzt Kantonsspital Baden) mit nach Hause nehmen. Das war natürlich eine willkommene Anregung für Beiträge in den GN-Ausgaben 2025. Sie dürfen folglich jetzt schon auf unser Fokusthema nächstes Jahr im Herbst gespannt sein.

Ein Ansatz zur Linderung chronischer Schmerzen könnte auch die Reflexzonenmassage sein. Im asiatischen Raum ist sie traditionell etabliert. In Malaysia z.B. veröffentlichte das Gesundheitsministerium 2011 gezielt eine Anleitung zur guten Praxis der Reflexzonenmassage für Therapiezentren. Finde ich vorbildlich! Vielleicht hilft uns künftig aber auch das Gift von Spinnen oder der Speichel von Echsen? Die Forschung an sogenannten Naturstoffen läuft auf Hochtouren – ein faszinierendes Wissensgebiet, das unsere Autorin Gisela Dürselen in diesem Heft unter die Lupe nimmt.

«Das Näschpli» wird sie im Nidwaldner Dialekt genannt: Die Mispel mag exotisch erscheinen, ist aber heimisch in der Schweiz, in Deutschland und Österreich. Sollten Sie mal probieren! Wir haben so einige Rezepte parat, mit denen wir Sie auf den Geschmack bringen und gesund durch Herbst und Winter begleiten möchten.

Geben Sie gut auf sich acht!
Herzlichst, Ihre

Andrea Pauli

Andrea Pauli
a.pauli@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
info@verlag-avogel.ch
www.gesundheits-nachrichten.ch