

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

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>



November 2024

10 **Mysteriöse Mistel**

Was bringt die Schmarotzerpflanze denn nun wirklich für unsere Gesundheit, gerade im Hinblick auf Krebserkrankungen? Wir berichten zum Stand der Forschung, beleuchten den Status als Komplementärmittel und porträtieren den «Glücksbringer» botanisch. — **Naturheilkunde & Medizin**

14 **Müllabfuhr im Gehirn**

Das Lymphsystem ist bekannt, aber das glymphatische System? Eine nicht minder bedeutsame Sache, der die Wissenschaft zunehmend auf die Spur kommt. Was man zu dieser «Gehirnreinigung» bis jetzt herausgefunden hat und warum Schlaf so wichtig ist. — **Naturheilkunde & Medizin**

Rubriken

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

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



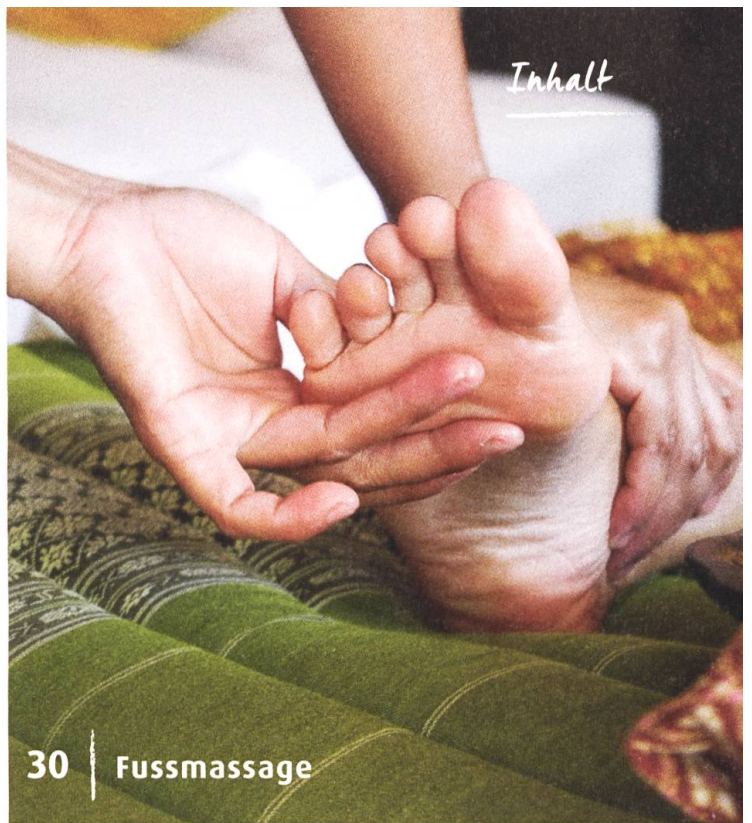
18 | Mispel

18 Dorniger Strauch...

Mispeln waren im Mittelalter so geläufig wie heute Äpfel oder Birnen. Auch wenn sie nicht gerade eine Schönheit sind, so steckt doch viel Gutes in den kleinen Früchten. — **Ernährung & Genuss**

22 Raus aus der Grübelfalle

Waren Sie auch mal im Gedankenkarussell gefangen? Wie man da rauskommt und welche Massnahmen gegen nicht enden wollendes Grübeln helfen können. — **Körper & Seele**



30 | Fussmassage



Köstlich zum Nachkochen
Feine Rezepte von
Assata Walter

26 Substanzen der Zukunft

Tiere und Pflanzen sondern, z.B. zu ihrem Schutz, interessante Substanzen ab. Diese Naturstoffe könnten medizinisch interessant sein und werden darum intensiv erforscht. — **Natur & Umwelt**

30 Grosszeh hilft Gehirn

Die Fussreflexzonenbehandlung hat eine jahrtausendealte Tradition. Worum es dabei geht und welche Theorie dahinter steckt. — **Körper & Seele**