

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 60 (2003)  
**Heft:** 2: Im Gesicht Krankheiten lesen?

## 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:** 12.07.2025

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

**Bild des Monats 3**

Blattbegonie (Begonia Rex Hybride)

**Editorial 5**

**Aktuelles und Wissenswertes 6**

- Blutdruck senken ohne Medikamente
- Asthma aus der Mutterbrust
- «BioFach» in Nürnberg
- Kur- und Fitness-Angebote im Schwarzwald
- Ayurveda im Internet
- Fitness-Training für's Gehirn (Lösung S. 9)
- Buchtipp: «Kochen für hyperaktive Kinder»
- Depressionen nach Herzinfarkt häufig
- Spinnenseide, «gemolken» von Ziegen
- Leserberichte zu Rheuma gesucht
- Ist Koma eine Schlafstörung?
- Der «Weiss» in der 10. Auflage
- Heilpflanze: Wachsblume

**Thema des Monats 10**

Haut, Haar, Gesichtszüge, Lippenform und vieles andere sprechen für einen geübten Diagnostiker «Bände». Thomas Petschner beherrscht diese Kunst, kombiniert sie aber nicht mit Empfehlungen für bestimmte Medikamente, sondern mit Ernährungs-Ratschlägen.

**Mandeln operieren oder drin lassen 16**

Hielt man früher die Gaumenmandeln vielfach für absolut entbehrlich, ist man heute bei Mandeloperationen vorsichtiger. Verblüffend ist jedoch eine Tatsache: je höher die Ärztedichte, desto häufiger werden die Mandeln geschnitten.

**Erholung und Genesung in Masserberg 19**

Tief im Thüringerwald liegt der heilklimatische Kurort Masserberg. Dort verbindet sich urwüchsige Natur mit feinsten Badekultur, wobei auch im medizinischen und therapeutischen Bereich viel geboten wird.



**Come-back der Eier 22**

In der Cholesterin-Diskussion wurden Eier bisher stets als die grossen «Übeltäter» abgestempelt. Langsam beginnt in der Wissenschaft ein Umdenken.

**Lohnende Wiederentdeckung: Mangold 25**

Lange nur als «Ersatz» für Spinat oder Spargel angesehen, werden der Geschmack des würzig-kraftigen Gemüses sowie sein Gesundheitswert wieder mehr geschätzt.

**Krankhafte Angst vorm Zahnarzt 26**

Menschen, die es aus lauter Angst vorm Zahnarzt zu Zahnschäden kommen lassen, die auch den übrigen Körper tangieren, brauchen eine besondere psychotherapeutische Betreuung.

**Auf Zimtsohlen gehen 30**

Im Süden Indiens werden in kleinen Nähateliers Zimtsohlen hergestellt, die vielfache, gesundheitlich positive Wirkungen auf ihre Träger haben.

**Auf dem Speiseplan 31**

Rezepte mit Winterfrüchten

**Was? Warum? Wie? ♦ Gesundheitsforum 32**

Münchhausen-Syndrom ♦ Jrene Lutz

**Leserforum 33**

**Leserforum-Galerie/Impressum 36**

**GN-Themen im nächsten Monat**

Kannitverstan – Hören und Hörverluste

Der Teich im Topf – Lotos für den Balkon

Pilzkrankheiten und Immunsystem

Prof. Bankhofer über Molke und anderes

Pflanzenporträt: Lauch