

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 67 (2010)
Heft: 10: Pilze mit Heilkraft

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 16.05.2025

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

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Pilze mit Heilkraft

Heil- und Vitalpilze eignen sich zu therapeutischen Zwecken und zur Prophylaxe. Shiitake, Maitake und Reishi gehören zu den wissenschaftlich am besten untersuchten Pilzen.

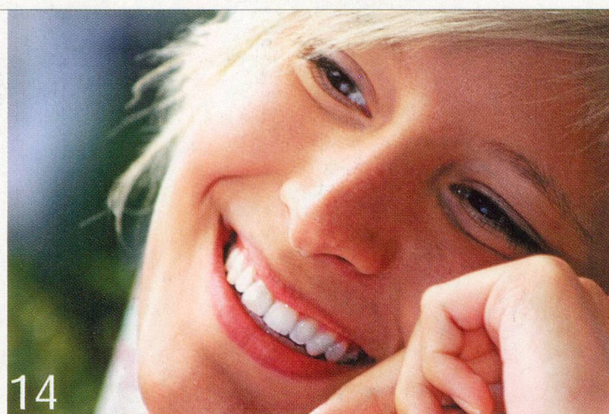


10

KÖRPER & SEELE

Der Stressfalle entkommen

Stress ist und bleibt ein Thema – nicht nur in der Arbeitswelt. Fachleute setzen auf bewährte Therapieformen und neuartige Stress-Reduktions-Methoden.

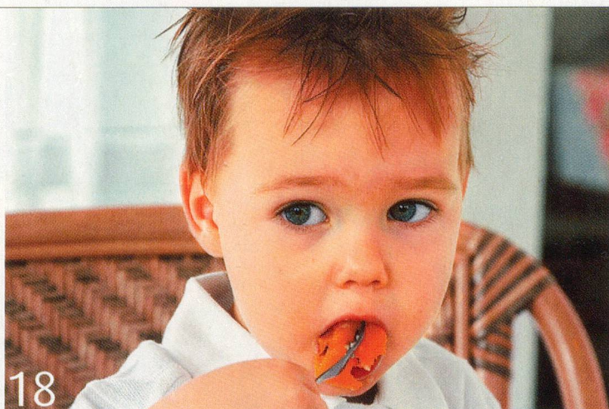


14

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Nicht zu wenig, nicht zu viel

Eisen ist ein schwieriges Spurenelement. Einem Mangel sollte man vorbeugen, eine Überdosierung kann schaden. Tipps zum richtigen Umgang mit dem «Spurenelement fürs Blut»..



18

LEBENSFREUDE & WELLNESS

Ayurveda im Jura 22

Entspannen, genießen und heilen: Im kleinen Ayurveda-Hotel «Le Cocon» sind Profis am Werk.

ERNÄHRUNG & GENUSS

Ab in die Pilze! 26

Steinpilze und Kräuterseitlinge versprechen herbstliche Gaumenfreuden.

RUBRIKEN

Fakten & Tipps 6
 Buchtipp 6
 Leserforum/Leserbriefe 31
 Vorschau/Impressum 34
 Anzeigen & Adressen 38



Helmling