

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 71 (2014)
Heft: 3: Macht die Verdauung Bauchweh?

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: 30.01.2025

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

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Die heimlichen Leiden

Die Verdauung ist oft ein heikles Thema – ganz besonders, wenn sie nicht so funktioniert, wie sie sollte. Doch gegen Verstopfung helfen Tipps und Mittel aus der Apotheke der Natur.



10

LEBENSFREUDE & WELLNESS

Molke für die Verdauung

Einem trägen Darm lässt sich auch mit Alfred Vogels beliebtem Hausmittel Molke auf die Sprünge helfen. Angereichert mit Aronia und Granatapfel schmeckt sie gut und ist noch gesünder.



15

KÖRPER & SEELE

Essen als Bewältigungsstrategie

Essen aus Frust, Langeweile, Ärger oder als Trost? Das geht auf die Dauer nicht gut und schadet der Gesundheit. Eine Reise vom achtlosen In-sich-Hineinstopfen zur freudvollen Selbstfürsorge.



18

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Bettnässen

22

Wenn ein Schulkind nachts noch einnässt, ist der Kummer gross. Das Problem lässt sich aber oft einfach lösen.

NATUR & UMWELT

Fröhlicher Tulpenfrühling

26

Tulpen in allen Farben und Formen gehören zu den schönsten Frühlingsboten.

RUBRIKEN

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



Gefährliche Schönheiten: Die Frühlings-Kuhschelle oder Pelzanemone (*Pulsatilla vernalis*) ist eine geschützte Art der Alpen. Sie ist wie alle Hahnenfussgewächse giftig und reizt auch äusserlich die Haut.