

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 74 (2017)
Heft: 1-2: Weide, Ginkgo, Birke & Co. : heilende Bäume

Register: Sachregister 2016

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>

erektiler Dysfunktion	10/20
Eri-Seidenraupe, hochwertiges Eiweiss	7-8/18
Ernährung, Vitamin-C-reiche gegen grauen Star	7-8/6
Essbare Insekten selber züchten, Kurs an der ZHAW	7-8/21
Essen, scharfes, Gesundheit	3/26
Essgarten Deemter	5/16

F

Faulbaum (<i>Frangula alnus</i> / <i>Rhamnus frangula</i>), bei Verstopfung	9/10
Federkohl/Grünkohl (Kale), Superfood	9/15
Flavonoide (sekundäre Pflanzenstoffe), gegen erektile Dysfunktion	10/25
Flohsamen, indischer (<i>Plantago ovata</i>), gegen Verstopfung, Durchfall	1-2/14
Flohsamen/Flohwegerich (<i>Plantago afra</i>), bei Verstopfung	9/10
Forum Biodiversität Schweiz (FBS), Interview	3/22
<i>Frangula alnus</i> / <i>Rhamnus frangula</i> (Faulbaum), b. Verstopfung	9/10
Freundschaften, bessere Gesundheit durch	1-2/10
Fritz Perls Institut (FPI)	10/26
Frühstück, warmes	10/16
Fruktose-Malabsorption	5/9

G

Gallenblase (Galle)	7-8/10
Gallenstein-Erkrankung (Cholelithiasis), Ursachen, Behandlung	7-8/10
Gärten, für Kinder	5/16
Gedächtnis, besser durch Laufen	10/8
Gedächtnis: fünf Langzeit-Gedächtnissysteme	11/28
Geistesblitze als Problemlöser	6/8
Gelassenheit, grössere	3/7
Gemüseküche/M. Bissegger	1-2/18
Gene, Verursacher Migräne	9/9

Gerste, Superfood	9/15
Gesundheit, privates oder öffentliches Gut?	1-2/22
Gesundheits-Check-ups	12/10
Gesundheitsförderung, durch Spaziergänge im Wald	11/10
Gesundheitswesen, Qualität, Kosten, Veränderungen im	1-2/22
Gewürze und Kräuter	3/18
Ginkgo, gegen Potenz-Probleme bei Männern	10/20
Ginseng, gegen Potenz-Probleme bei Männern	10/20
Gluten, Ernährung	4/26
Goji-Beere chines., Superfood	9/15
Goji-Beere, Wechselwirkungen	3/10
Gornergrat, Interview Michael Radtke	1-2/27
Götterbaumspinner (Schmetterling), Larve als Eiweisslieferant	7-8/18
Grauer Star, Vitamin-C-reiche Ernährung gegen	7-8/6

H

Hagebutten, Superfood	9/15
Halswirbel C1 (Atlas), Beschwerden, Behandlung des	4/22
Heilerde/Ton, gegen Keime	4/9
Heilpraktikerschule Luzern, Schnupperkurse	5/7
<i>Helicobacter pylori</i> , Stäbchenbakterium im Magen	4/10
Herbamare Bio-Bauern	7-8/14ff
Herbamare-Salz, Jubiläum	7-8/17
Herzmuskel, Veränderung im Alter, Männer/Frauen	1-2/8
Herzschwäche, Eisen gegen	11/9
Hilfe für die Augen	9/34
Hochbegabte Kinder fördern	11/19
Hoher Augendruck	7-8/31
Hormon Insulin, Produktion in der Bauchspeicheldrüse	5/10
Hormon Oxytocin	1-2/10
Huflattich (<i>Tussilago farfara</i>), gegen Entzündungen	1-2/14
Hüftschmerzen	4/33

Hülsenfrüchte (Leguminosen)	9/8
-----------------------------	-----

I/J

Igel, Unterkunft für	9/22
Igelzentrum Zürich (IZZ)	9/24
Insekten, Eiweisslieferanten	7-8/18
Insektenstiche	10/33
Insulinproduktion, in der Bauchspeicheldrüse	5/10
Integrative Poesie- und Bibliotherapie (IPBT)	10/26
IG zur Förderung von Emmer und Einkorn	12/25
Isländisches Moos (<i>Cetraria islandica</i>), bei Reizhusten	1-2/14
Isoflavone, in Soja und Rotklee	3/9
Jodversorgung, Jodsalz und Milch für die	6/6
Judasohr, Pilz des Jahres 2017	11/8

K

Kale, Superfood	9/15
Kalzium-Präparate, Auswirkungen auf die Knochendichte	1-2/9
Kardamom Grüner (<i>Elettaria cardamomum</i>)	3/18
Karies-Erreger, Hirnblutungen durch	6/7
Karpaltunnel-Syndrom	10/31
Keime, Heilerde/Ton gegen	4/9
Kelp (Braunalge)	6/14
Kinder, Gärten für	5/16
Kloss im Hals	10/10
Knieprobleme	1-2/33
Knochenbrüche, keine Verringerung durch Kalzium-Präparate	1-2/9
Knötchenflechte	4/32
Koffein, Wechselwirkungen	3/10
Kohlenhydrate, Auswirkungen auf die Gesundheit	4/26
Kohlwickel, gegen Arthrose	6/7
Kompetenzen, soziale, bei Kindern fördern	6/26
Kopfschmerzen,	
Kubebenpfeffer gegen	1-2/7

Koriander (*Coriandrum sativum*) 3/18
 Korn: Einkorn, Emmer, Dinkel 12/25
 Kräuter, schützen Grillgut 7-8/8
 Krebs, Unterstützung durch Online-
 Programm STREAM 3/15
 Kubebenpfeffer (*Piper cubeba*) 3/18
 Kubebenpfeffer (*Piper cubeba*), Heil-
 pflanze 2016 1-2/7
 Kümmel (*Carum carvi*),
 Arzneipflanze 2016 1-2/7
 Kurzsichtigkeit (Myopie), Ursachen,
 Therapien, Vorsorge 6/10
 ky-Boot-Schuhe 4/28

L

Lakritze, Wechselwirkungen 3/10
 Langlebigkeit, Folgen der 12/21
 L-Arginin, gegen Potenz-Probleme
 bei Männern 10/20
 Laufen, gegen Demenz 10/8
 Lebenserwartung, erhöhte 12/21
 Lebensmittel, ballaststoffreiche,
 Wechselwirkungen 3/10
 Lebensphasen, neu definierte 12/21
 Leinsamen (*Linum usitatissimum*),
 hilfreich gegen Magen-Darm-
 Entzündungen 1-2/14
 Leinsamen/Flachs,
 bei Verstopfung 9/10
 Lesen von Büchern, förderlich 12/6
 Libidomangel 11/32
 Lichttherapie 12/8
 Liebstöckel/Maggikraut (*Levisticum*
officinale) 6/14
 Lindenblüten (*Tillia platyphyllos*), bei
 Erkältungskrankheiten 1-2/14
 Linum usitatissimum (Leinsamen/
 Flachs), bei Verstopfung 9/10
 Luft, saubere in Zimmern durch
 Pflanzen 12/7
 Lycopin, gegen Prostatakrebs 4/9

M

Magen, Aufbau, Funktion, Erkrankun-
 gen, Psychosomatik 4/10

Magen-Darm-Infekt bei Kindern,
 Apfelsaft wirksamer 10/6
 Magengeschwür (Ulcus) 4/10
 Magenkrebs (Magenkarzinom) 4/10
 Magenschleimhautentzündung
 (Gastritis), akut/chronisch 4/10
 Majoran (*Origanum majorana*) 6/14
 Malve, wilde (*Malva sylvestris*, gegen
 Entzündungen 1-2/14
 Mandeln, Probleme 12/31
 MAO-(Monoaminoxidasen-)
 Hemmer 3/10
 Medikamente und Lebensmittel,
 Wechselwirkungen 3/10
 Melanome, verursacht durch Potenz
 mittel (z.B. Viagra) 10/20
 MGUS (Monoklonale Gammopathie),
 Symptome und Verlauf 5/34
 Migräne, auch genetisch bedingt 9/9
 Mikrobiom 3/22
 Milch, Fett in Biomilch 5/7
 Milchprodukte,
 Wechselwirkungen von 3/10
 Milz, Aufbau, Funktion, Symptome,
 präventive Massnahmen 6/22
 Modebart 7-8/25
 Morbus Fahr verlangsamen 9/33
 Morbus Sudeck 5/31
 Myopie (Kurzsichtigkeit), Ursachen,
 Therapien, Vorsorge 6/10

N/O

Nackenschmerzen, Akupunktur und
 Alexander-Technik gegen 3/8
 Nase, Antibiotikum in der 10/8
 Natur, pfleglicher Umgang 3/22
 Nierenbeckenentzündungen 7-8/34
 Obstipation chronische,
 Pflanzen gegen 9/10
 Offenes Bein 1-2/31
 Olivenöl: Qualität, Mängel, Herkunft,
 Verarbeitung 11/14
 Omega 3 und Omega 6, Kinder
 lesen besser mit 11/8
 ORAC-Wert (Oxygen Radical
 Absorbance Capacity) 9/15

Oregano (*Origanum vulgare*) 3/18

P

Pankreas (Bauchspeicheldrüse),
 Aufbau, Funktion,
 Erkrankungen 5/10
 Paracetamol und Asthmarisiko 5/8
 Pepsin im Magen 4/10
 Peristaltik im Magen 4/10
 Pestizide, und Diabetes-Risiko 1-2/8
 Pestizide, Wildblumen und
 Kräuter statt 4/20
 Phytonzide, Immunsystem 11/10
 Pilze an Bäumen 12/15
 Pilzinfektion im Ohr 7-8/32
 Plantago afra (Flohsemen/Floh-
 wegerich), bei Verstopfung 9/10
 Poesietherapie 10/26
 Pollenallergie 6/31
 Porridge, Frühstücksideen 10/16
 Potenz-Problem bei Männern
 (erektile Dysfunktion) 10/20
 ProSpecieRara 3/22
 Prostatakrebs, durch hohen BMI 9/9
 Prostatakrebs, Lycopin gegen 4/9
 Proteinlieferanten Insekten 7-8/18

R

Reizblase Reizblase 11/34
 Reizdarmsyndrom, länger
 gegangenes Brot gegen 11/7
 Reizmagen 4/10

Rezepte

Auberginen-Curry mit Sommer-
 kräutern 6/36
 Buchweizenblinis mit Apfel-
 quark 9/36
 Gebratene Schwarzwurzeln
 mit Petersilie 1-2/20
 Gersotto mit frischem
 Meerrettich 3/35
 Gerstensuppe mit Ingwer und
 Hüttenkäse 10/35
 Getreiderisotto «Emmerotto» 12/27

Geschmolzener Camembert mit Rosenkohl	1-2/36
Geschmorter Fisch auf grünem Spargel	5/36
Gurken-Wildkräutersalat mit Himbeeren	6/35
Hachi-no-ko mit Honig, Kokos und Soja	7-8/21
Kartoffelstampf mit Frühlingskohlraabi	4/35
Knusper-Currybanane mit Kohlrabisalat	5/35
Olivöl-Orangenkuchen	11/36
Orientalische Orangen mit Quarkmousse	3/36
Pastinaken mit Feigen und Ziegenquark	10/36
Pfifferling-Artischocken-Ragout mit Ei	7-8/35
Pikanter Grünkohl-Eintopf	1-2/35
Quitten mit Rote Bete	9/35
Rosmarinpfirsich mit Joghurtmousse	7-8/36
Schwarzer Quinoa mit Gemüsewürfeln	1-2/19
Spinatrahmsuppe mit gebackenem Ei	4/36
Topinambursalat mit Joghurt	1-2/21
Waller mit Olivenöl-Emulsion	11/35
Rhabarberwurzel (Rhei radix), bei Verstopfung	9/10
Rizinusöl (Ricinus communis), bei Verstopfung	9/10
Rote Bete, Superfood	9/15

S

Salz, Geschichte	4/15
Salz, Gewürz und Arznei	6/14
Salz, pro und kontra	5/20
Salzsäure, Magensaft	4/10
Schadstoffe, in Funktions-Kleidung/Outdoor-Kleidung	4/8
Schärfegrad-Skala	3/26
Schleimstoffe, nützliche	1-2/14

Schluckbeschwerden	6/32
Schlucken von Tabletten,	10/14
Schlucken, Schluckstörungen (Dysphagie)	10/10
Schneckensaft/Schnecken-sirup, gegen Husten	1-2/14
Schwangerschaft, Folsäure	9/6
Schwarzkümmel Echter (Nigella sativa)	3/18
Scoville-Skala, Capsaicin	3/26
Screening	12/10
Seife, antibakterielle	11/9
sekundäre Pflanzenstoffe gegen erektile Dysfunktion	10/25
Senföle, regulieren Insulin-Wirkung	12/8
Senioren, mehr Selbständigkeit durch Bewegungskurse	7-8/7
Senna (Cassia senna/C. angustifolia), gegen Verstopfung	1-2/14
Senna alexandrina und Senna angustifolia (Indische Senna), bei Verstopfung	9/10
Sjörgren-Syndrom (Augen)	10/34
Smartphones, schlaflos durch	7-8/8
Sodbrennen/Reflux	4/10
Spitzwegerich (Plantago lanceolata), gegen Erkältung	1-2/14
Springfinger	5/33
Star, grauer, Vitamin-C-reiche Ernährung gegen	7-8/6
Stubenhocker - was tun?	9/32
Superfood	9/15

T

Tabletten schlucken, richtiges	10/14
Terpene	11/10
Tollkirsche, Gift (Atropin) aus der, gegen Kurzsichtigkeit	6/10
Topinambur, Superfood	9/15
Trauer - was hilft?	11/31
Triclosan/Triclocarban, schädliche Inhaltsstoffe in Kosmetika	11/9

U/V

Überbein, störendes	9/31
Übergewicht, erhöhtes Risiko von Diabetes durch	7-8/9
Universitätsspital Basel	3/15
Verdauung, Verweildauer der Nahrung im Magen	4/10
Verdauungsbeschwerden, Kümmel gegen	1-2/7
Verstopfung chronische, Pflanzen gegen	9/10
Verwirrtheit, akute (Delir), Symptome, Ursachen, Diagnose, Prävention	9/26
Vitamin D, Messwerte, Mangel-krankungen, Quellen	11/23
Vitamin K, Wechselwirkungen	3/10

W

Wald, gesundheitsfördernd	11/10
Walnüsse, Superfood	9/15
Wärmetherapie, aufhellend	10/9
Wechselwirkungen, Medikamente und Lebensmittel	3/10
Weichmacher (Bisphenol BPA), schädlich für die Gesundheit	9/8
Weizen, umstrittene Auswirkungen auf die Gesundheit	4/26
Weizenkleie, gg. Verstopfung	9/10
Wirbelsäule: Aufbau, Funktion, Beschwerden, Behandlung	4/22
Wundbehandlung, mit Salzwasser	3/8

X/Y/Z

Zähneknirschen (Bruxismus)	5/24
Zeit im Alter	11/27
Zierkohl (Brassica oleracea var. acephala)	10/7
Zika-Virus, Schwangere	4/6
Zitrusfrüchte, Wechselwirkung	3/10
Zungenbrennen	11/31
Zwerchfell, Riss im	5/32

Stichwort	GN-Ausgabe/Seite				
A					
A.Vogel Kalender 2017	12/9	Bäume, fördernde Wirkung	11/10	Meine Gemüseküche für Herbst und Winter, Meret Bissegger	1-2/21
A.Vogel Herbamare, 60 Jahre	4/19	Baumpilze	12/15		
A.Vogel Herbamare® Spicy	6/9	Beschwerden am Mittelfuss	6/31	Buchweizen, Superfood	9/15
A.Vogel Herbamare® Trocomare	6/9	Bewegungstage in Roggwil	7-8/29	C	
A.Vogel Tipp Prostan	10/22	Bienendrohen, hochwertiges Eiweiss von	7-8/18	Capsaicin, Scharfstoff in Chilis, med. Anwendungen	3/26
A.Vogel, an OFFA St. Gallen	4/7	Biodiversität und Gesundheit	3/22	Check-ups, gesundheitliche	12/10
A.Vogel, Anlässe 2016	5/28-29	Biografiearbeit, heilsame	10/26	Chia-Samen, Superfood	9/15
A.Vogel, Tage des offenen Heilpflanzengartens 2016 in Teufen	5/30	Biologische Vielfalt, Übereinkommen über die, (CBD)	3/22	Chilis (<i>Capsicum annuum</i>)	3/26
A.Vogel-Tipp Boldocynara	7-8/13	Biomilch, gesunde Fette in	5/7	Craniomandibuläre Dysfunktion	5/24
A.Vogel-Tipp Linoforce	9/14	Blasenentzündung	4/31	D	
Acai-Beere, Superfood	9/15	Blutdruck messen, beide Arme	10/9	Delir (akute Verwirrtheit), Ursachen, Diagnose, Prävention	9/26
Akupunktur & Alexandertechnik gegen Nackenschmerzen	3/8	Blutschwämmchen	12/33	Demenz, Vitamin D gegen	11/23
Alkohol in Naturheilmitteln	12/9	Bockshornklee (<i>Trigonella foenum-graecum</i>), Wirkung Haut	1-2/14	Demenzerkrankungen, Laufen gegen	10/8
Aloe ferox (Kap-Aloe) und Aloe vera/ barbadensis (Curaçao), bei Verstopfung	9/10	BMI, Risikofaktor Prostatakrebs	9/9	Depressionen, Wärmetherapie gegen	10/9
Alzheimer, Vitamin D gegen	11/23	Bohnenkraut (<i>Satureja hortensis</i> / <i>S. montana</i>)	3/18	Diabetes mellitus, durch Funktionsverlust der Bauchspeicheldrüse	5/10
Antibiotikum, in der Nase	10/8	Braunalge (Kelp)	6/14	Diabetes, Risiko reduzieren durch Ernährungsumstellung	7-8/9
Antifaltencremes, wirkungslos	3/6	Brennende Füsse	3/31	Diabetes-Risiko, erhöhtes durch Pestizide	1-2/8
Apnoe, Atemtraining	3/32	Brot, Reizdarmsyndrom	11/7	Duftstoffe/Abwehrstoffe der Pflanzen (Phytonzide), positiv für Immunsystem	11/10
Aromaöle, Reduktion Bakterien	9/7	Brunnenkresse Echte (<i>Nasturtium officinale</i>)	6/14	Dysphagie (Schluckstörungen)	10/10
Arthrose, Kohlwickel gegen	6/7	Bruxismus (Zähneknirschen)	5/24	E	
Arzneimittel, phytotherapeutische, hoher Antioxidanziengehalt	6/14	Buchtipps		Echinacea-Erntetag, Roggwil	7-8/29
Asthma, Vitamin D gegen	11/6	Bitter. Der vergessene Geschmack	11/6	Eibisch (<i>Althaea officinalis</i>), gegen Entzündungen	1-2/14
Asthmarisiko, erhöht	5/8	Blasenprobleme natürlich behandeln	3/6	Eisen, bei Herzschwäche	11/9
Atlas (Halswirbel C1)	4/22	Cholesterin natürlich senken	12/6	Eisen, Wechselwirkungen	3/10
Atropin (Gift aus Tollkirsche), gegen Kurzsichtigkeit	6/10	Darmpilze - heimliche Krankmacher	6/6	Eisenmangel: richtiger Einnahmezeitpunkt bei	1-2/6
Sjögren-Syndrom	10/34	Der beste Sex deines Lebens (Prof. F. Sommer)	10/24	Emotionen, spiegeln	4/7
Autoimmunerkrankung und Virusinfektion	1-2/32	Die 50 besten Rückenschmerz-Killer	1-2/6	Empfindliche Nieren	3/33
B		Gelassen gärtnern	7-8/6	Entzündungen, Heilpflanzen gegen	1-2/14
Babys, Gesichtsausdrücke	7-8/7	Heimische Superfoods	9/6		
Bart-Mode	7-8/25	Hormonelle Beschwerden pflanzlich behandeln	4/6		
Basenpulver, Einnahme von	12/32	Natur schaffen	3/25		
Basilikum, Pflanzenporträt	6/14	Richtig einkaufen bei Diabetes	5/6		
Bauchspeicheldrüse (Pankreas), Aufbau, Erkrankungen	5/10	UrDinkel «Alles vom Blech»	10/42		
		Wild- und Heilkräuter, Beeren und Pilze finden»	10/6		