

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **76 (2019)**

Heft 6

PDF erstellt am: **22.07.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>



10 | Arthrose vorbeugen

# Juni 2019

## 10 Arthrose vorbeugen

Ist Arthrose schlicht (Alters-)Schicksal? Eher nicht, wie aktuelle Erkenntnisse aus der Forschung vermuten lassen. Wir zeigen auf, wie man dem schmerzhaften Gelenkverschleiss vorbeugen kann. Bewegung und Ernährung spielen dabei eine grosse Rolle. — **Naturheilkunde & Medizin**

## 15 Darf's mal Estragon sein?

Jetzt ist eine gute Gelegenheit, mit *Artemisia dracunculus* für Pfiff in der Küche zu sorgen: Die Haupterntezeit von frischem Estragon ist meist Mitte Juni. Das vor allem von den Franzosen hochgeschätzte Würzkraut hat eine interessante Geschichte. — **Ernährung & Genuss**

## Rubriken

6 Fakten & Tipps  
6 Buchtipp  
31 Leserforum

37 Vorschau/Impressum  
38 Anzeigen & Adressen



15 | Estragon



23 | Alte Bäume



**Köstlich zum Nachkochen**  
Neue Rezepte von  
Joannis Malathounis

## 19 Die Last mit der Lust

Über Sexualität zu sprechen, fällt vielen schwer. Wenn Störungen auftreten, erst recht. Dabei gibt es gute therapeutische Ansätze, damit umzugehen. Über einen davon sprachen wir mit der Sexologin Dr. Karoline Bischof. — **Körper & Seele**

## 23 Alte Bäume

Knorrige Eichen, ausladende Linden, mächtige Weidbuchen: Die Veteranen unter den Bäumen haben ein spezielles Flair. Spazieren Sie mit uns zu eindrucksvollen Exemplaren! — **Natur & Umwelt**

## 27 Was uns süchtig macht

Was passiert bei einer Abhängigkeit?  
Welche Faktoren führen zu Suchtverhalten?  
Welche Substanzen sind besonders riskant?  
Welchen Einfluss hat das soziale Umfeld?  
Und wie spielt das Belohnungssystem unseres Gehirns da mit? — **Körper & Seele**