

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **77 (2020)**

Heft 10

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.e-periodica.ch>



10 | Genug Vitamin B12?

Oktober 2020

10 Gut versorgt mit Vit. B12

Cobalamin ist an vielen wichtigen Prozessen in unserem Körper beteiligt und wird in erster Linie über tierische Nahrungsmittel aufgenommen. Warum wir Vitamin B12 brauchen, worin es enthalten ist und was man sonst noch darüber wissen sollte. — **Naturheilkunde & Medizin**

14 Feine Fädchen

Safran macht den Kuchen gel – und nicht nur das. Die edle Würze enthält ein komplexes Wirkstoffgemisch, das sich positiv auf unsere Gesundheit auswirkt. Angebaut wird die Krokuspflanze auch in der Schweiz. Ein Ausflug in die Welt einer besonderen Pflanze. — **Ernährung & Genuss**

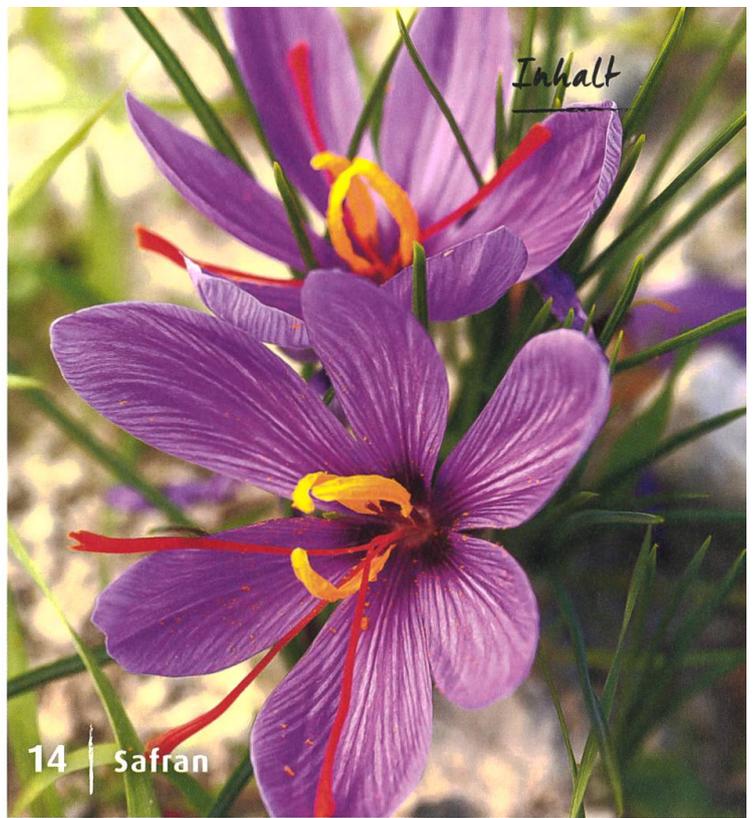
Rubriken

6 Fakten & Tipps
6 Buchtipp
31 Leserforum

37 Vorschau/Impressum
38 Leber-Ratgeber



18 | Kopfschmerz bei Kindern



14 | Safran



Köstlich zum Nachkochen
Neue Rezepte von
Assata Walter

18 Kopfschmerz bei Kindern

Wenn Kinder über Kopfweh klagen, sollten Eltern vor allem eines tun: Die Sache ernst nehmen, nicht unüberlegt Schmerzmittel geben und nach Überprüfung unserer Checkpunkte am besten einen Arzt aufsuchen. — **Naturheilkunde & Medizin**

22 Was krabbelt denn da?

Käfer sind nicht jedermanns Sache, aber gleichwohl faszinierend. Man muss nur mal genau hinschauen und sich bewusst machen, dass die Krabbeltiere wichtig für die Umwelt sind. — **Natur & Umwelt**

27 Stolpersteine Partnerschaft

In langjährigen Partnerschaften, ob verheiratet oder nicht, rumpelt es mitunter. Kränkungen erschweren den Alltag. Warum ist das so? Woher kommen diese Konflikte? Und wie lässt sich dem schleichenden Verlust von Liebe und Zugewandtheit entgegenwirken? — **Körper & Seele**