

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **78 (2021)**

Heft 11

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.



10 | Heilkräftige Wurzeln

November 2021

10 Wohltuende Wurzeln

Wer sich auskennt, kann auch im Herbst Heilsames aufstöbern: unter der Erde! Worauf man beim Ausgraben von Wurzeln achten muss, wie man sie verwendet und welchen Nutzen sie für unsere Gesundheit haben, erklären wir anhand von fünf gängigen Pflanzen. — **Naturheilkunde & Medizin**

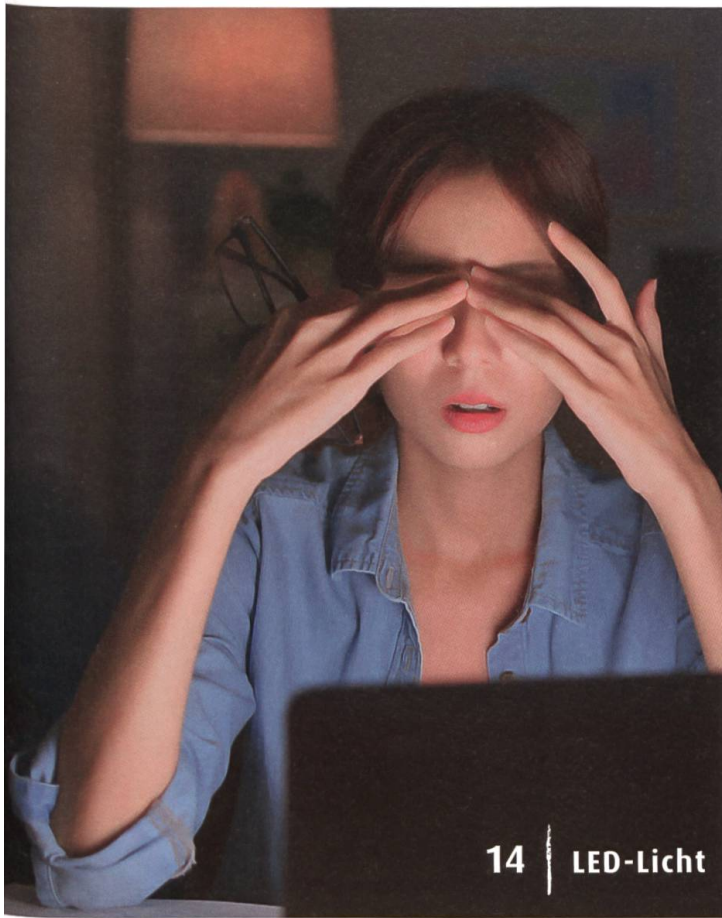
14 Achtung, Blaulicht

LED-Leuchten sind energieeffizient und darum sehr verbreitet. Doch welche Wirkung hat das bläuliche Licht auf uns? Unter anderem kann es unsere innere Uhr durcheinanderbringen, bisweilen auch die Netzhaut der Augen schädigen. Was man zu LED wissen muss. — **Körper & Seele**

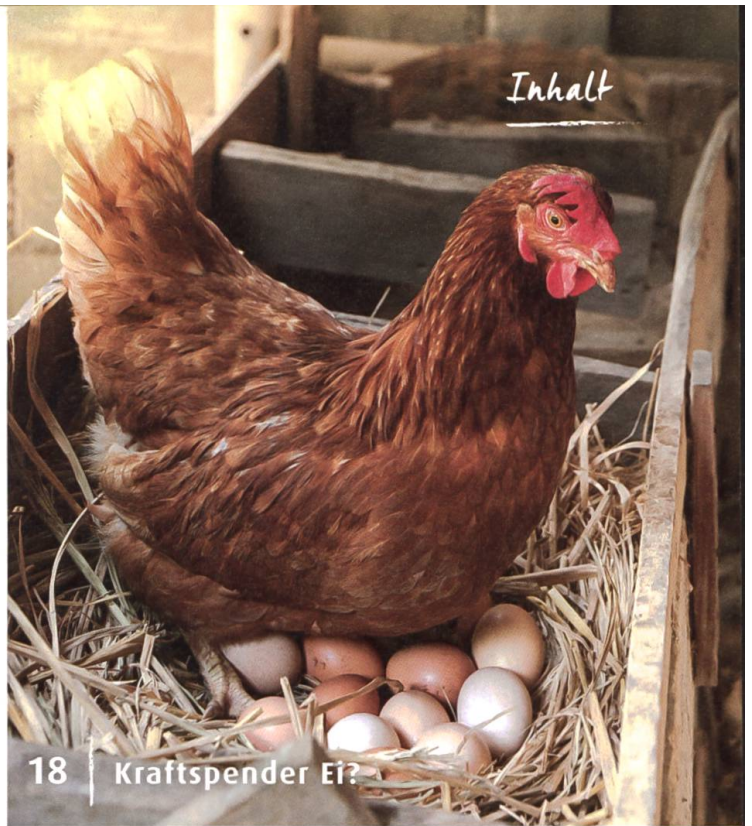
Rubriken

6 Fakten & Tipps
6 Buchtipps
32 Leserforum

37 Vorschau/Impressum
38 Konsum & Lebensstil
39 Markt & Info



14 | LED-Licht



18 | Kraftspender Ei?



Köstlich zum Nachkochen:
Feine Rezepte von
Georg Reuter

18 Das Gelbe vom Ei?

Sind Eier nun gesund oder nicht? Zeit für einen Blick aus Sicht von TCM, Ayurveda und moderner Ernährungsmedizin. — **Ernährung & Genuss**

22 Osteopressur

Worum es bei der manuellentherapeutischen Schmerzakupunkturbehandlung geht. — **Körper & Seele**

25 Problempflanze Soja?

Risiken und Nutzen der Bohne. — **Natur & Umwelt**

26 Die Beule in der Leiste

Wie kommt es zum Leistenbruch und was lässt sich dagegen tun? — **Naturheilkunde & Medizin**

30 Haltbar bis...?

Wie lange pflanzliche Arzneimittel wirksam sind und was sie stabil hält: Die Experten der A.Vogel AG klären auf. — **Inside A.Vogel**