

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **79 (2022)**

Heft 3

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 | Wallwurz

März 2022

10 Wallwurz

Wenn es um Knochen geht, ist uns *Symphitum officinale* seit Jahrhunderten stets ein treuer Begleiter. Kraut und vor allem Wurzeln der Pflanze stecken voller interessanter Wirkstoffe. Worauf man beim Gebrauch von Wallwurz heutzutage achten sollte. — **Naturheilkunde & Medizin**

14 Saft – eine gesunde Sache?

Eine Extraktion Vitamine, Ersatz fürs Frühstück oder für eine ganze Mahlzeit: Smoothies & Co. werden immer wieder in Superlativen gepriesen. Ist da was dran? Und wie steht es um die Produkte aus dem Supermarkt? Wir schauen kritisch ins Saftglas. — **Ernährung & Genuss**

Rubriken

6 Fakten & Tipps
6 Buchtipp
32 Leserforum

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



14 | Säfte



26 | Gut aufwachen



Köstlich zum Nachkochen
Neue Rezepte von
Assata Walter

18 Wenn das Leben... duftet

Zunehmend mehr Menschen sind von Riechstörungen betroffen, gerade auch im Zusammenhang mit viralen Erkrankungen. Was man über die Problematik wissen sollte und welche Therapieansätze es derzeit gibt. — **Körper & Seele**

22 Blaue Frühlingsboten

Die wiedererwachende Natur hält zauberhafte Schätzchen bereit. Man muss ganz genau hinschauen, erlebt dann aber sein blaues Wunder. Wir stellen fünf Schönheiten vor. — **Natur & Umwelt**

26 Gut aufwachen

Angenehm erwachen, das wünscht sich jeder für einen guten Start in den Tag. Helfen spezielle Wecker dabei? — **Lebensfreude & Wellness**

29 Angst vor Spinnen?

Manchen graust es schon, nur an die Gliederfüßler zu denken. Dabei sind Spinnen sehr nützliche Tiere. Und es gibt gute Konzepte, um etwas gegen eine Spinnenphobie zu tun. — **Körper & Seele**