

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

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

Heft 12

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 | Weihrauch

Dezember 2022

10 Wirksamer Weihrauch

Das Baumharz gilt seit Jahrtausenden als heilkräftige Kostbarkeit. Die moderne Forschung entschlüsselt zunehmend positive Wirkmechanismen auf unsere Gesundheit. Leider ist es um den Bestand der Weihrauchbäume nicht gut bestellt, ihnen setzt Raubbau zu. — **Naturheilkunde & Medizin**

15 Winterfrucht Kaki

Wenn Sie im Dezember tomatenähnliche Früchte an kahlen Bäumen hängen sehen, könnte es sich um Kaki handeln. Die Exoten sind längst bei uns heimisch. Eine kleine Sortenkunde, Wissenswertes zu Lagerung und Verzehr und ein Blick auf die inneren Werte der Frucht. — **Ernährung & Genuss**

6 **Fakten & Tipps**
6 **Buchtipp**
34 **Lesergalerie**

37 **Vorschau/Impressum**
38 **Konsum & Lebensstil**
39 **Danke, liebe Leser**



15 | Kaki-Früchte



23 | Eichhörnchen



Köstlich zum Nachkochen
Neue Rezepte von
Assata Walter

19 Der Strom in uns

Schon mal was von Bioelektrik gehört? Das Faszinierende daran: Sie steckt in jedem von uns! Im menschlichen Organismus laufen mannigfaltige elektrische Prozesse ab. — **Körper & Seele**

23 Akrobaten des Waldes

Eichhörnchen sind ein entzückender Anblick und verfügen über eine Menge verblüffender Talente. Die putzigen Nagetiere tragen ausserdem – so ganz nebenbei – auch einiges zur Aufforstung der Wälder bei. — **Natur & Umwelt**

27 Hausmittel Haferkur

Morgen, mittags, abends Haferbrei, dazu ein bisschen Gemüse und Obst – fertig ist die bewährte Kur, die erstaunliche Wirkung zeigt und seit Jahrzehnten erprobt ist. — **Ernährung & Genuss**

30 Nierenschwäche erkennen

Die Nieren sind unser Klärwerk und leisten viel. Leider merkt man nicht, wenn ihre Leistung nachlässt. Was Auslöser sein kann, welche Diagnostik wichtig ist, was man gegen Nierenschwäche tun kann. — **Naturheilkunde & Medizin**