

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 80 (2023)
Heft: 1-2

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 16.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Januar/Februar 2023

10 Sinusitis

Mit einer chronischen Nebenhöhlenentzündung plagen sich viele Menschen. Welche Gründe das haben kann, welche Behandlungsoptionen es gibt und wann zu einem operativen Eingriff geraten wird. Plus: Die Top-Heilpflanze gegen «verhockte» Prozesse. — **Naturheilkunde & Medizin**

14 Feine Goldhirse

Hirse aus der Familie der Süßgräser ist ein ergiebiger Sattmacher. Wir berichten, welche gesundheitsfördernden Inhaltsstoffe in dem Getreide stecken, betrachten das kleinste Vollkorn der Welt und geben Tipps zum Kochen und Backen mit Hirse. — **Ernährung & Genuss**

Rubriken

6 Fakten & Tipps
6 Buchtipp
34 Lesergalerie

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



14 | Goldhirse



22 | Waldgarten



Köstlich zum Nachkochen
Feine Rezepte
von Georg Reuter

18 Röntgen, MRT & Co.

Von Sinn und Nutzen bildgebender Verfahren: Was muss sein, worauf kann man wann verzichten? Immerhin: Die moderne Technik hat sich hinsichtlich der Strahlenbelastung deutlich verbessert. — **Naturheilkunde & Medizin**

22 Selbstversorgung Waldgarten

Wie agrarforstliche Landwirtschaft dazu beitragen kann, unsere Nahrungserzeugung nachhaltiger zu gestalten und uns rund ums Jahr gesund zu versorgen. — **Natur & Umwelt**

26 Alles verarbeitet?

Wenn traumatisch Erlebtes wieder «hochkommt» und wie man damit umgeht. — **Körper & Seele**

31 Richtig aufgebrüht

Eine kleine Anleitung, wie man Medizinaltees korrekt zubereitet. — **Naturheilkunde & Medizin**

32 Knacken Sie das Rätsel!

Lösungswort herausfinden und tolle Preise gewinnen. — **Spass & Unterhaltung**