

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **56 (1999)**

Heft 4: **Wieviel Wasser braucht der Mensch?**

PDF erstellt am: **12.07.2024**

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.

INHALT

- 4** Der Natur auf der Spur
- 6** Thema des Monats
Wieviel Wasser braucht der Mensch?
- 10** Spargel
Ob grün, ob weiss – ein Spitzengemüse
- 14** Wasserheilkunde
Wer kennt noch den Priessnitz-Wickel?
- 16** Wasseradern
Störzonen im Schlafzimmer?
- 18** Salzarme Ernährung
Ein Interview mit Dr. med. Fassnacht
- 20** Molke und Milchserum
Gründe, die dafür sprechen
- 22** Praktisches und Wissenswertes
- 23** Bild des Monats
Magnolie
- 24** Serie Hormone (4)
Die Sexualhormone der Frau
- 26** Thalasso-Therapie
Wenn das Meer weit weg ist
- 30** Serie Baumporträts
Birke
- 32** Auf dem Speiseplan
Rhabarber
- 33** Leserforum
- 36** Blick nach München

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Es ist einige Zeit her, dass ein recht dämlicher Schlager mit der Zeile «Wasser ist zum Waschen da ... auch zum Zähneputzen kann man es benuutzen» auf allen (Radio- und TV-) Wellen schwamm. Ich zitiere ihn, weil er ziemlich genau unseren Umgang mit dem Wasser beschreibt. Nicht als Lebensquell, nur als Gebrauchsgegenstand sehen wir die Flüssigkeit, die uns hauptsächlich zum Baden oder Duschen, Waschen, Putzen und Spülen dient. Zum Trinken sind «Hahnenburger», «Gänsewein» und «Château Robinet» wenig gefragt. Warum auch? Es gibt ja so viele Ersatzmöglichkeiten. Wenn Kinder (und nicht nur sie) heutzutage Durst haben, bevorzugen sie Cola, Limo, Ice Tea. Machen wir uns aber klar, dass die gezuckerten oder künstlich gesüßten, mit Geschmackskonzentraten versehenen Getränke ja schliesslich auch aus Leitungswasser bestehen, dann fällt es uns viel leichter, immer öfter mal «nur» Wasser anzubieten. Zumal die Geschmacksnerven «erzogen» werden können – auch dazu, immer mehr Süßes zu verlangen.



Viele bevorzugen Mineralwasser, obwohl das abgefüllte Nass oft kaum mehr Mineralstoffe enthält als Leitungswasser. Doch das Bewusstsein, sozusagen natürliche Quellen im Boden anzuzapfen, erhöht bei vielen die Trinklust. Ein willkommener (und immer künstlich zugefügter) Reiz sind auch die Prickelbläschen – komme die Kohlensäure aus dem Heimgarät, das unser Leitungswasser aufmotzt, oder aus den Abfüllanlagen der Mineralwasser-Hersteller.

Ob einfaches Bistro oder elegantes Restaurant, früher kam in Frankreich und den südeuropäischen Ländern stets eine Karaffe mit frischem Wasser auf den Tisch. Mittlerweile haben auch dort die Wirte entdeckt, dass mehr Geld in den Kassen klingelt, wenn Wein oder Kaffee *plus* Mineralwasser bestellt wird. Bei uns gibt es Gratis-Wasser höchstens für Touristen, denn z.B. amerikanische Gäste fallen aus allen Wolken, sollen sie für Leitungswasser bezahlen.

Ich wünsche Ihnen viel Spass bei der Lektüre dieser «mit allen Wassern gewaschenen» GN-Ausgabe!

Herzlichst, Ihre

Ingrid Zehnder