

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **68 (2011)**

Heft 12: **Schlafapnoe**

PDF erstellt am: **26.07.2024**

### **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.

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

## Schlafapnoe

Auch Frauen schnarchen – aber 90 Prozent der Schnar-  
cher mit einem Atemnotsyndrom sind Männer. Die  
Schlafapnoe kann lebensbedrohliche Folgen haben.  
Dritter Teil unserer Serie zur Männergesundheit.



10

KÖRPER & SEELE

## Wege aus der Einsamkeit

Allein unter vielen? Unzählige Menschen, gleich wel-  
chen Alters, fühlen sich ausgeschlossen, verlassen  
und vom Leben abgetrennt. Aus dieser Einsamkeit  
kann man sich befreien.



14

LEBENSFREUDE & WELLNESS

## Spielend glücklich werden

Kinder müssen spielen, um sich gesund zu entwi-  
ckeln, Erwachsene dürfen es. Spielen möbelt das  
Selbstbewusstsein auf, baut Angst ab und steigert  
die geistige und körperliche Beweglichkeit.



18

ERNÄHRUNG & GENUSS

### Scharfe Wurzeln 22

Meerrettich und Japanischer Meer-  
rettich: köstlich würziger Genuss.

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

### Schüssler-Salze 26

Die vielseitigen Schüssler-Salze sind  
auch für die Gesundheit des Mannes  
einsetzbar. Letzter Teil der Serie.

RUBRIKEN

Fakten & Tipps	6
Buchtipps	6
Leserforum/Leserbriefe	30
Vorschau/Impressum	34
Anzeigen & Adressen	38

