

Objekttyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **69 (2012)**

Heft 10: **Wechseljahre : cool bleiben mit Salbei**

PDF erstellt am: **08.07.2024**

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.

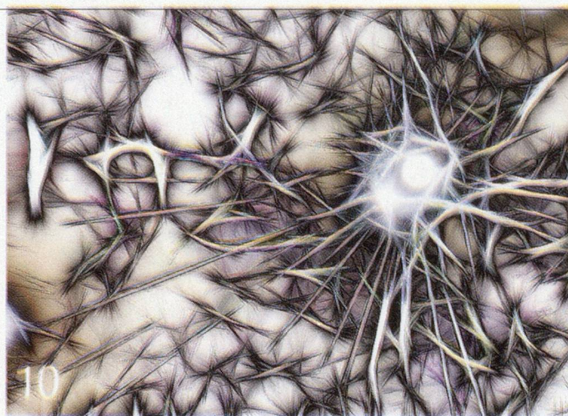
Haftungsausschluss

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

Dem Schmerz auf der Spur

Die Schmerzforschung ist eine noch junge Disziplin. Von rasanten Nervenbahnen, Schaltstellen im Gehirn, körpereigenen Schmerzhemmern und dem Umgang mit Schmerzmitteln.

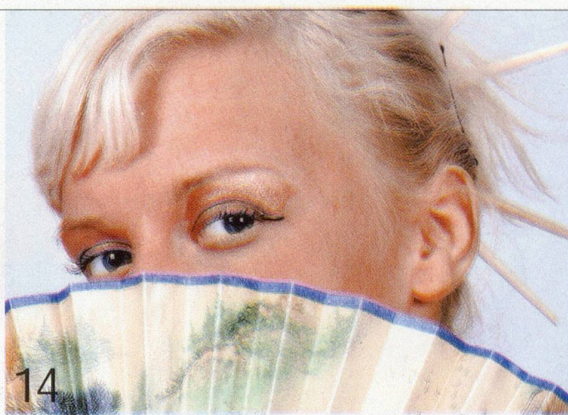


10

LEBENSFREUDE & WELLNESS

Cool bleiben mit Salbei

Fast jede Frau in den Wechseljahren kennt unangenehme Hitzewallungen und peinliche Schweißausbrüche. Dagegen ist ein Kraut gewachsen.

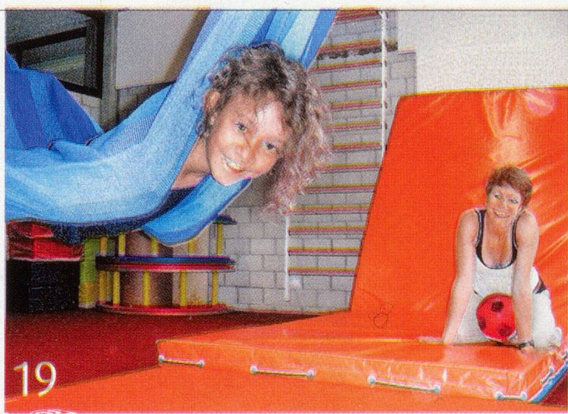


14

KÖRPER & SEELE

Mit Freude selbstbewusst werden

Zwischen Psyche und körperlicher Bewegung bestehen Wechselwirkungen. Unruhige, gehemmte oder ungeschickte Kinder profitieren von einer Psychomotorik-Therapie.



19

ERNÄHRUNG & GENUSS

Bunte Bohnen 22

Eiweiss für den Muskelaufbau, Vitamine für gute Nerven und Niacin für schöne Haut – Bohnen bieten alles.

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Gesichtsschmerz 26

Eine Trigeminusneuralgie äussert sich durch blitzartige, starke und stechende Schmerzen im Gesicht.

RUBRIKEN

Fakten & Tipps	6
Buchtip	6
Leserforum	31
Vorschau/Impressum	34
Anzeigen & Adressen	38



Gartenschönheit Bleiwurz