

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **71 (2014)**

Heft 3: **Macht die Verdauung Bauchweh?**

PDF erstellt am: **14.08.2024**

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

Die heimlichen Leiden

Die Verdauung ist oft ein heikles Thema – ganz besonders, wenn sie nicht so funktioniert, wie sie sollte. Doch gegen Verstopfung helfen Tipps und Mittel aus der Apotheke der Natur.



10

LEBENSFREUDE & WELLNESS

Molke für die Verdauung

Einem trägen Darm lässt sich auch mit Alfred Vogels beliebtem Hausmittel Molke auf die Sprünge helfen. Angereichert mit Aronia und Granatapfel schmeckt sie gut und ist noch gesünder.



15

KÖRPER & SEELE

Essen als Bewältigungsstrategie

Essen aus Frust, Langeweile, Ärger oder als Trost? Das geht auf die Dauer nicht gut und schadet der Gesundheit. Eine Reise vom achtlosen In-sich-Hineinstopfen zur freudvollen Selbstfürsorge.



18

NATURHEILKUNDE & MEDIZIN

Bettnässen

22

Wenn ein Schulkind nachts noch einnässt, ist der Kummer gross. Das Problem lässt sich aber oft einfach lösen.

NATUR & UMWELT

Fröhlicher Tulpenfrühling

26

Tulpen in allen Farben und Formen gehören zu den schönsten Frühlingsboten.

RUBRIKEN

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



Gefährliche Schönheiten: Die Frühlings-Kuhscelle oder Pelzanemone (*Pulsatilla vernalis*) ist eine geschützte Art der Alpen. Sie ist wie alle Hahnenfussgewächse giftig und reizt auch äusserlich die Haut.