

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Band: 76 (2019)
Heft: 5

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: 06.10.2024

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



10 | Riechtraining

Mai 2019

10 Schnuppern üben

Riechstörungen bedeuten nicht nur eine Einbusse an Lebensqualität, sie können auch im Alltag eine nicht zu unterschätzende Gefahr darstellen. Mit gezieltem Riechtraining lässt sich einiges erreichen, wie die Forschung zeigt. Wichtig ist eine klare Diagnose vorab. — **Naturheilkunde & Medizin**

14 Zecken: Neue Strategien

Zecken sind auf dem Vormarsch. Umso wichtiger wird die Prävention. Wissenschaftler sind intensiv auf Spurensuche um zu klären, welche Umgebung und welche Umweltfaktoren eine hohe Anzahl der infizierten Blutsauger verursachen. Wichtig bleibt: der Selbstschutz! — **Natur & Umwelt**

Rubriken

6 · Fakten & Tipps
6 · Buchtipps
31 · Leserforum

37 · Vorschau/Impressum
38 · Kleine Outdoor-Apotheke



18 | Ferien-Ernährung

18 Gesund essen im Urlaub

Neigen Sie zur Völlerei in den Ferien? Und verspeisen Sie da eher Ungesundes? Das muss nicht sein. Man kann sich durchaus gesund ernähren während des Urlaubs und zugleich dem Genuss frönen. Feine Beispiele gefällig? — **Ernährung & Genuss**

22 Barfuss – eine Wohltat!

Frühlingswetter, Sonnenschein und Schuhe aus. Barfuss laufen ist gesund. Auf speziellen Pfaden lassen sich die Füße wunderbar trainieren. Wir geben Ausflugstipps. — **Lebensfreude & Wellness**



22 | Barfuss laufen



Köstlich zum Nachkochen
Neue Rezepte von
Assata Walter

27 Multiresistente Keime

Viele Infektionskeime sind immun gegen Antibiotika – und daran sind wir nicht schuldlos. Je mehr mit Antibiotika behandelt wird, desto mehr Gelegenheit haben die Keime, Resistenzen zu entwickeln. Darum ist es im Spital, aber auch im Alltag unerlässlich, elementare Hygieneregeln einzuhalten. — **Naturheilkunde & Medizin**