

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Band:** 78 (2021)  
**Heft:** 10

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Pauli, Andrea

### **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:** 19.10.2024

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



## Von Schnecken und Fleischersatz

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Bei uns auf dem Hätchen in Teufen scheinen sich Schnecken besonders wohlfühlen; an regnerischen Tagen muss man beim Weg ins Büro gut aufpassen, wo man hintritt. Mir tun dann immer die Weinbergschnecken leid, wenn sie (aus meiner Warte!) mühsam über den piksenden Kiesweg kriechen, und so nehme ich sie manchmal behutsam hoch und setze sie in die weiche Erde. Fasziniert las ich nun, was unsere Mitarbeiterin Ingrid Zehnder begleitend zu ihrem Artikel über «Tierische Klebstoffe» bezüglich Schnecken schreibt: «Weinbergschnecken-schleim ist schon lange ein Kosmetikum in Asien und hat auch in der europäischen Beauty-Szene Fuss gefasst. Als Creme, Gel oder Serum soll das Schneckensekret zur täglichen Pflege, als Akne- und Anti-Agingmittel taugen. In einigen Kosmetiksalons kann man sich sogar den Schleim der lebendigen Schnecke auf die Haut auftragen lassen.» Sollte ich mir das Weichtier künftig also lieber aufs Gesicht statt ins Echinaceabeet setzen? Hm, ich weiss nicht so recht ...

Was ich sicher weiss: Fussbäder, denen Gisela Dürselen in dieser Ausgabe ihr Augenmerk schenkt, sind ein völlig unterschätztes Hausmittel. Meine jeweiligen TCM- wie auch Ayurveda-Therapeuten wurden nie müde, mir diese einfache Selbstvorsorge wärmstens ans Herz zu legen. Dass ich besser schlafe, wenn ich die Füsse vorm Zubettgehen «bädelet» habe, gibt ihnen Recht.

Für das Ernährungsthema in diesem Heft hat sich Kollege Tino Richter aufopferungsvoll durch eine Vielfalt an Fleischersatzprodukten gefuttert. Sein Fazit erstaunt mich nicht, aber lesen Sie selbst ... Und gell: Schnecken vielleicht ins Gesicht, aber bitte nicht in den Kochtopf – es ist ja eh nur die Kräuterbutter, die da so fein schmeckt.

Geben Sie gut auf sich acht!  
Herzlichst, Ihre

*Andrea Pauli*

Andrea Pauli  
a.pauli@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten  
Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
info@verlag-avogel.ch  
www.gesundheits-nachrichten.ch