

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 45 (1988)  
**Heft:** 12

**Register:** Alphabetisches Sachregister des Jahrganges 1988

### **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:** 14.03.2025

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

## Alphabetisches Sachregister des Jahrganges 1988

Siehe auch die Inhaltsverzeichnisse zu Beginn jeder Ausgabe

<i>Bezeichnung</i>	<i>Seite</i>		<i>Seite</i>
Afterjucken	15	- Ginseng (russischer) regelt Blutdruck	72
Alkohol	14	- Eiweissüberfütterung erhöht Blutdruck	85, 123
- bei Medikamenteneinnahme	10	- hoher Blutdruck (Hypertonie)	92, 106, 108
- Molke bei Überkonsum	41	- tiefer Blutdruck (Hypotonie)	143
- russischer Ginseng bei Überkonsum	71	Blutkreislauf anregen	107
Allergie	25	Blutverdünnung	
- auf Gluten (Zöliakie, Herterische Krankheit)	11, 12, 26, 120	- Aspirin	69
- Milchschorf (Urticaria)	26	- Blutungsgefahr	69
- auf Kuhmilch	34, 44	Blutzirkulation	162
- auf Formaldehyd (Baumaterial)	149	- gute, gegen kalte Füße	101
Ältere Personen	39, 43	- Durchblutungsstörungen im Kopf	106
- Mineralstoffdefizit	4	Brennessel	102
- Alterserscheinungen (Gefäße)	60	Brot: Vollkornbrot, Vorteile	98, 184
- Altersflecken	76	Chemie	
- Bewegungsarmut	123	- Rückstände schädigen den Organismus	104
- sollen auf Wasserhaushalt achten	140	Cholesterinspiegel	41
- Gefahren beim Langlaufsport	169	Darmleiden	37, 46
Angina (Mandelentzündung)	187	- Gase, Gärungen, Durchfälle	38, 41, 74, 174
Angina pectoris (Coronarsklerose)	108, 159	- Darmflora pflegen	102
Arterienverkalkung (Arteriosklerose)	41, 72	- Polypen im Dickdarm	111
- Eiweissüberfütterung begünstigt A.	85	- Entzündungen im Dickdarm	154
- duschen oder baden, warm oder kalt	164	- Darmschleimhäute pflegen	156
Arthritis	23, 36, 41, 105, 186	- Dickdarmentzündung (Colitis)	158
Arthrose	15, 76, 172	Depressionen	2, 126, 144, 154
Arzneimittel		Diabetes (Zuckerkrankheit)	
- gefährlich im Strassenverkehr	10	- Rohkaffee-Tee	13, 71, 155, 158
- Alkoholgenuss meiden	10	- Netzhautgefässveränderungen	46
Atem		- Taigawurzel bei leichter Diabetes	71
- Übungen	3	- Altersdiabetes	155
- Atmungswege, chronisch erkrankt	78	- Wirkung des Löwenzahns	155
- Asthma	79	Diät	
Augen: Gerstenkörner (Hagelkörner)	127	- Evers-Diät	11
- Bindehautentzündung	175	- Molkenrinkkur	36, 46
Baden/Duschen	114, 115, 117	- Haferflocken	46
- entzogenes Hautfett ersetzen	114, 119	- salzarme/salzfreie schont Nieren	84
- pflanzliche Badewasserzusätze	119	- Apfeldiät	41
- Kräuterbäder	135	Drüsenschwellungen	103, 168
- Vorsicht am Wasser	138	Durchfall (Disenterie)	38, 74, 148
- Kälte und Wärme, Wechselanwendungen	162	- Brechdurchfall	29
- Schlenzbäder	163	- bei Kleinkindern	11
Bauchspeicheldrüse	102	Echinacea	
- Störungen	38, 71	- Anwendungen	27, 28, 106, 107, 147
Bauweise, natürliche	59, 130	- Resistenzmittel	78, 186
- Formaldehyd-Störungen (Baumaterial)	149	- bei Tieren	78
- Eternit, krebsauslösend	149	Eiweiss, Eiweissnahrung	118
Beine, offene	78, 159	- keine am Abend	40
- Schwellungen, Stauungen	95	- Gefahren des tierischen Eiweisses	68
- Kribbeln vor Einschlafen	107	- Eiweissüberfütterung	85
- variköse Geschwüre, schlecht heilende Wunden	156	- pflanzliches Eiweiss vorziehen	99
Bisswunden		- Eiweisspeicherkrankheiten	99, 105, 137
- Tollwutgefahr	127	- einschränken, Entsäuerungskur	101, 103
- von Hund	157	- begünstigt Krebserkrankung	136
Blase		- Übersäuerung durch Eiweiss	137
- Schmerzen	27	- Mandeln, hervorragendes Eiweiss	159
- gutartige Gewächse in Blase (Polypen)	111	Energiespender	40
- Blasensteine lösen und verhindern	151, 173	Entsäuerung, Entschlackung	
Blutarmut, Bleichsucht	102, 109, 184	- Eiweissnahrung einschränken	101, 103
Blutdruck		- Säureüberschuss in Nahrung	167
- senkende Wirkung (Äpfel)	41	- Säure binden mit Kalk	180
- Naturreis bei erhöhtem Blutdruck	43	Entspannen	116
		Entzündungen, Quetschungen	60, 107
		- Wickel	42

Erkältungen	107, 108, 111, 116, 122, 163	Haut	
Ernährung, Nahrung		- Milchschorf, Ekzeme	10, 26, 34, 36, 44, 76, 114, 115, 118, 142
- Vollwertnahrung	2	- Urticaria	26
- Mineralbedarf decken	9	- Wundsein zwischen Zehen	28
- massive Zusätze schädlich	9	- Hautpilz	29, 92
- denaturierte N. (bei MS)	11	- Warzen	29, 107, 111, 168
- glutenfreie Stärkeprodukte	12, 120	- Nagelpilz	29, 36
- Butterküche - Achtung!	23	- flechtenartige Erscheinungen	34, 42
- erhitzte Fette	24	- Schuppenflechte	36
- anticancerogene N.	50	- Neurodermitis (Kind)	35, 76, 118, 119
- Schafffleisch und -milch	50	- Heilwirkungen über die Haut	41, 162
- bei Vollwertnahrung		- Kosmetika, Badezusätze	42, 115
kein Vitaminmangel	52, 184	- Fusspilz	46, 143
- Folgen denaturierter N.	53, 184, 187	- Meerrettich und Quark (Auflagen)	58
- Vorzüge pflanzlicher E.	69	- Hautkrebs,	
- basenüberschüssige N.		Hautveränderungen beachten	91, 124
vorziehen	101, 104, 167	- Rosazea (Rot- oder Kupferfinnen)	94
- schädliche Gewohnheiten ändern	105	- Naturmittel gegen Pilzbefall	100
- schwere Kost behindert Schlaf	106, 165	- ekzemartige Hautgebilde	107
- Therapie für Hautkranke	119	- raue Hände, trockene Fingernägel	111
- Naturreis	126, 184	- entzogenes Hautfett ersetzen	
- kalkhaltige N. mehren	167, 180	(nach Baden/Duschen)	114, 119
- einseitig eiweiss- und fetthaltige N.	170	- trockene Haut	114, 115
- Säuren binden mit Kalk	180	- Hautfunktion anregen	114
Essen: Essenstechnik	2, 73, 100, 121, 152, 174	- Schuppenbildung	115
		- Hautfunktionsöl	115
		- Hautfunktionsöl	115
		- Schwitzkuren, türkisches Bad	118
		- Seborrhö-Ekzem	142
		- Johanniskraut regt Durchblutung an	153, 154
		- Ausschläge	156
		- welke Haut, Alterung	156
		- Wärme und Kälte, Heilmethoden	162
		- Mineralstoffmangel	168
		Heilkräuter	
		- Kerbelkraut, Weissdorn usw.	69, 173
		- Johanniskraut	153
		- schlaffördernde	165
		- nicht aus gedüngten Wiesen	168
		Heilmethoden mit Wärme und Kälte	162
		Heilmittel, pflanzliche	
		- Dosierung	57
		- stärken Abwehrkräfte	152
		Herz	56, 117
		- Stechen	45
		- Stärkung der Herzmuskulatur	
		und -nerven	57, 92
		- Angina pectoris	60
		- stressbedingte Herzkranzgefäß-	
		Erkrankung	72, 95
		- Herzinfarkt vermeiden	68, 105, 169
		- Rhythmusstörungen	125, 168
		- duschen oder baden, warm oder kalt	164
		- Pulskontrolle beim Sport	170
		Hirnblutungen bei Blutverdünnung	69
		Hirntätigkeit	40
		Homöopathie	152
		Honig	20
		- nicht als Bettmümpfeli	6
		Husten	28, 109, 175
		Insektenstiche	93, 147
		- Mücken	93
		- Wespen und Hornissen	93
		Jod	8, 167
Halsschmerzen	175		
Hämorrhoiden	75, 102		
- Entzündungen innerer Hämorrhoiden	154		
Hausapotheke	116		

Kalk					
- Kalkspiegel heben	37, 45				
- Brennesselkalk	102, 167, 180, 187				
- Kalkmangel (Osteoporose)	132				
- Kalkräuber Zucker	132				
- Kalklieferanten	133, 180				
- Säureregen, mit Kalk Säure binden	180				
Kälte, Anwendungen	162				
Kartoffel					
- Zubereitung	74				
- Vitamin-C-Gehalt bewahren	74				
- Vitamin-C-Träger	98				
Kieferhöhlenentzündung/-entzündung	144				
Kinder					
- lymphatische	4, 34				
- Süßigkeitsbedürfnis	4				
- Kleinkinder, Allergien	10				
- Durchfall bei Kleinkindern	11				
- rachitische	34				
- tuberkulosegefährdete	34				
- Bronchitis	111				
- erste feste Nahrung	118				
- Flüssigkeitsbedarf	139				
Kleidung, dem Klima entsprechend	164				
Knie: Schleimbeutelentzündung	44				
Knoblauch					
- Auflagen bei Hühnerauge	78				
- Blutdruck senkend	92				
- auf Warzen gebunden	168				
Knochen	5				
- Brüche	133, 156				
Kopfweg, Kopfschmerzen					
- hoher Blutdruck?	92, 126				
Körpergewicht reduzieren	92				
Körperliche Betätigung	87				
Krampfadern	75, 78, 102, 159				
Krebs	105, 173				
- Hautkrebs	13, 91				
- bei Rauchern	15, 150				
- anticancerogene Nahrung	50				
- Sauerstoffarmut begünstigt					
Krebsdisposition	68				
- Krebs und Tumor auseinanderhalten	84, 160				
- Früherkennung, Symptome und Alarmzeichen	88				
- Brennesselkur	103				
- Präkanzerose geheilt	126				
- Prostatakrebsverdacht	135				
- übliche Krebsbehandlung und Therapie	135, 136, 137, 150, 151				
- Krebsnachsorge	160				
Kreislauf					
- anregen	22				
- allgemeine Probleme	45, 60				
- Störungen bei niederem Blutdruck	143				
- Heilpflanzen für das Gefäßsystem	171				
Kropf, Jodeinfluss	167				
Leber	23, 24				
- Pflege	2, 102				
- Störungen	38, 55, 103				
- Leberfunktion bei Krebsbehandlung	89				
- Pommes frites belasten die Leber	98				
Leukämie: Nikotin in Muttermilch verdoppelt Risiko	90				
Literatur (zitiert, empfohlen)					
- Warum Evers-Diät?	12				
- Phytotherapie					29
- Physikalische Medizin und Rehabilitation					50
- «Beobachter» 19/87 (Vitaminboom)					52
- Leitfaden für Krebsleidende					77
- Die Bio-Kochschule für unsere Kinder					90
- Schweinefleisch und Gesundheit					99
- «Der stumme Frühling»					104
- Bücher über Sport, Alpinismus, Freizeit					155
Lunge					
- Lungenentzündung					77, 122
- Bronchieninfekte, -katarrhe					78, 115, 122
- Asthma					79
- Bronchitis bei Kindern					111
Lymph					
- lymphatische Kinder					4
- Lymphsystem stärken					102, 103
- Lymphdrüsen erkrankt, Vorsicht bei Sonnenbestrahlung					115
Magen					
- Leiden, Geschwüre					37, 38, 39, 144
- Magenschleimhäute anregen					37, 156
- saures Aufstossen					38
- Blutungen bei Blutverdünnung					69
- Beschwerden, Krämpfe, Gärungen, Durchfälle, Verstopfungen					74
- Sodbrennen					94
Mandeln (s. Angina)					
Migräne					41, 110
Milch					35
- Schafmilch, Ziegenmilch (Ekzeme)					10, 34
- Allergie auf Kuhmilch					34, 44
- Milchserum, Heilwirkung					36
- Soja- und Mandelmilch					44, 118
- Schafmilch anticancerogen					50
- Muttermilch					184
Molke, Molkosan					35, 58, 59
- Anwendungen					27, 29, 147, 187
- Kuren					35
- Herstellung					36
Multiple Sklerose (MS)					11
Mutter, werdende					148
Muttermilch					184
Narben sind Störfelder					138, 169
Nase: Verstopfung					27
«Naturgesund», Fernsehserie und Videokassetten					185
Nerven					3
- Nervennahrung Ginseng					70
- vegetative Nervosität					106
- aufregendes Fernsehen					165
Neuralgie im Gesicht (Trigeminus)					14
Neurasthenie					106
Nieren					140
- Pflege					2, 13, 22, 60
- salzfreie/salzarme Diät					84
- Eiweißüberfütterung schadet Nieren					85
- Ausscheidung anregen					101, 123
- Nierensteine lösen, verhindern					151, 158, 173
Ohr					
- Innenohrkatarrh					28
- Ohrenschmerzen					93, 143
Organuhr					141, 187
Pensionierung, Vereinsamung					86
Pflanzenheilkunde					83

- Brennessel und Bärlauch (Blutarmut)	102	Stirnhöhlenkatarrh	107, 187
Pflanzenheilmittel	120	Störfelder, Amalgam, Narben	169
Pilze: aufgewärmte	38	Störzonen, geophysikalische	165
Plastikmaterialien (Möbel, Spielzeuge)	165	Stuhl	
Polypen: Nasenpolypen	111	- Durchfall bei Säuglingen	11
Prostata	13, 60, 103, 108, 134	- hell oder grau	23
- Krebsverdacht	135	- Verstopfung	41
- cancerogenes Geschwür	185	Süsstoffe (s. Zucker)	
Rachitis	34	Teufelskralle	54
Rauchen (Nikotin)	8, 54, 92, 108	Tiere	
- Passivrauchen	8, 108, 150	- Heilpflanzen für Tiere	24
- Krebsgefährdung	15, 150	- Echinaforce bei Dackel	78
- Nikotin in der Muttermilch	90	- Hund frisst Wallwurz (Magenkoliken)	157
- Raucherkrebs/-beine	95	- Katzen finden Heilpflanze instinktiv	157
- Bronchial-/Lungen-/Blasenkrebs	150	Tumor und Krebs auseinanderhalten	84, 160
Reis (s. Getreide)		Umweltschutz	178
Reisen		Unfallfolgen	110
- Widerstandskraft erhöhen (Echinaforce)	78	Unterwäsche (Gesundheitswäsche)	42, 122
- Tropenreisen, Gefahren	147	Venen	75, 78
Resistenzmittel: Echinaforce	78, 172, 186	- Beschwerden in den Beinen	95
Rettichsaft, reinigt Galle und Leber	55	Verdauung	
Rheuma	23, 36, 105, 186	- Beschwerden	37
- Apfeldiät	41	- Krämpfe, Gärungen, Verstopfung, Durchfall	74, 174
- Schwitzkuren, Sauna, Wickel	41	- Verdauungs- und Wurmmittel	83
Rücken		Vitamine	
- Schmerzen bei falschem Schuhwerk	22	- Rummel, Überdosierung, Mangel	52
- Schmerzen, Verkrampfungen	61	- natürliche Vitaminpräparate	53
- Kreuzschmerzen	186	- Sauerkraut, Milchsäuregärung erzeugt V.	85
		- Kartoffel (Vitamin C)	74, 98
Salz: Konsum reduzieren	84	- Wirkung erforscht (Vitamin C)	119
Sauerstoff	53, 123	- Avitaminose, Vitaminmangel	184
- Mangel begünstigt Infarkte und Krebs	68	Vorbeugung	
Säureüberschuss in Nahrung	167	- Kerbelkraut verdünnt Blut	69
Schilddrüse	8, 125	- Weissdorn (Crataegus) pflegt das Herz	69
- Unter- und Überfunktion (Jod)	167	- Ruhramöben und Lamblieninfektionen	83
Schizophrenie: vitaminreiche Nahrung	119	Wallungen, Hitzewallungen	19, 126
Schlaf	40, 105	Wärme, Anwendungen	162
- Einschlafhilfen	106	Wasserhaushalt im Körper	138
- pflanzliche Mittel	106	Wasserrückstau: Salz und Eiweiss kontrollieren	85
- Aufwachen bei Nacht (Hinweise)	142	Wechseljahre der Frau (Klimakterium)	18, 125
- Störungen und Heilkräuter	165	Weissfluss, Spülungen	172
Schleimhautentzündung (Ellbogen)	128	Wickel, Umschläge, Packungen, Auflagen	
Schleimhäute		- Kohlblätter, Rhabarber, Riesenampfer,	
- trockene	19	Wacholder	41, 159, 186, 187
- Aphthen (Mundgeschwüre)	47, 101	- Eichenrinden-Absud	42
- Scheide	46	- Meerrettich und Quark (Geschwür)	58
- Herpes labialis	93	- Knoblauch (Hühnerauge)	78
Schluckauf	109	- Zwiebelwickel bei Fieber	116
Schnupfen	93, 111, 187	- Wärme und Kälte	116
Schwindelanfälle	45, 59, 92	- Knoblauch auf Warzen	168
- Drehschwindel	110	- Augentrost-Umschläge	175
Schwitzen	121	- Wadenwickel bei Fieber	187
Sekundentod	169	Wunden, schlecht heilende nach Unfall	
Sodbrennen	94	(Kohlaufagen)	186
Sonnenbad: Vorsicht bei Milchschorf/Ekzemen	115	Würzen mit Kräutern	84
Sonnenbrand	91	Zähne	5
- Hautkrebs	91	- Süßigkeiten schädlich	5
- Fieber bei starker Bestrahlung	116	- Zahnfleischentzündung	156
Sport		- Amalgam als Störfaktor	169
- Gesundheitssport	105, 123	Zirkulation, Störungen	162
- ältere Sportler, Regeln	123, 170	Zucker	
- Bewegungsmangelkrankheit	155	- Natursüßigkeiten	45, 99
- Langlauf, Risiken, Regeln der Vorsicht	169	- weisser Zucker = Kalkräuber	132
- Jogging	171	- natürliche Süsstoffe	132, 133
Spülungen		- Kleinkindern ungesüsste Getränke geben	139
- Kamille, Molke (Weissfluss)	172	- weissen Zucker meiden	184, 187
Stärkungsmittel: Ginseng	70, 71		