

Stichwort GN-Ausgabe/Seite

A

Ackerbohnen (<i>Vicia faba</i>)	5/14
Adaptogene Pflanzen	7-8/10
Aften, Teebaumöl gegen	10/32
AGEs	11/9
Akne	5/32
Alterswarzen	5/34
Alzheimer-Plaques	5/34
Aphten, durch Zahnsperre,	4/34
Arm-Arterie, dritte	1-2/8
Artenvielfalt, macht glücklich	5/8
Arthrose Kniegelenk & Kurkuma	9/7
Arzneipflanze 2021: Myrrhe	1-2/7
ASMR	7-8/28
Ätherische Öle, gg. Erschöpfung	11/7
ätherische Öle: Anwendung	3/10
Auge, gerötetes	5/34
Augen, schlechter	4/34
Augen, trübe Sicht	11/34
Augendruck senken	7-8/32
Augendruck, erhöhter	6/34
Ausschlag an den Händen	9/34
Ausschlag, lästiger	3/34
Ayurveda-Selbstmassage	12/22

B

Beine, unruhige & Eisenmangel	5/34
Bernstein gg. resistente Keime	10/7
Bewegungstherapie & Herz	5/6
Biolandbau	4/22
Biologische Vielfalt, gefährdet	6/7
Blähbauch	4/10
Blähungen, starke	3/34
Blasenschwäche	11/34
Blasensenkung	10/34
Bluthochdruck bei Senioren	1-2/8
Bluthochdruck senken	11/8
Blutverdünner, natürliche	1-2/10
Böden, wichtige Ressource	9/22
Brennnessel (<i>Urtica dioica</i>)	4/18
Bronchien, verschleimte	12/34
Brunnenkresse gg. Nierenleiden	4/6

C

Chilis, peruanische	7-8/26
COPD & Randensaft	4/7
Couperose im Gesicht	6/34
Covid-19	1-2/14
Cupping (sanftes Schröpfen)	6/18

D

Darmspiegelung	1-2/7
Daumennagel, Riss am	6/34
Demenzrisiko & saubere Luft	12/7
Diabetes & Schwangerschaft	10/26
Dornwarzen am Fus	7-8/34
Dünndarmfehlbesiedelung	6/26

E

Echtzeit-MRT, Diagnostik	10/6
Eier	11/18
Ernährung, nachhaltige	12/18
Essen, in Gesellschaft, FT	12/6

F

Fasten, stärkt Immunsystem	6/6
Fettleber, durch Fructose	3/8
Fettproduktion Leber	7-8/6
Fettstoffwechselstörung	9/8
Fibrin	10/25
Fibrome, belastende	11/34
Fibromyalgie & Alter	10/7
Finger, krumme	5/27
Finger, krumme	7-8/32
Fitnessgeräte für daheim	9/18
Fleischersatzprodukte	10/14
FODMAP & Blähbauch	4/10
Frauengesundheitsbericht	6/9
Fussbäder, wohltuende	10/18
Fusssohlen, brennende	9/34

G

Genustraining gg. Schmerzen	6/10
Geruchs-/Geschmackssinn	12/34
Geschmack, bitterer im Mund	7-8/34
Gestationsdiabetes	10/26
Gesundheit bei Kindern	4/26
Getreide, Verdaulichkeit	4/9
Ghee, ayurvedisch	1-2/28
Grüner Tee, blutdrucksenkend	5/7

H

Haarausfall Menopause	6/34
Hand angeschwollen	1-2/32
Hanf & Proteinversorgung	11/7
Hautkrebscreening-App	9/8
Heidelbeeren, gg. chronisch entzündliche Darmerkrankungen	3/8
Heilpflanzenwissen, Verlust	11/9
HOPOS (Hämato-Onkologische Dachorganisationen CH)	6/7
Hula-Hoop, wieder gefragt	6/8
Husten, Pflanzen gegen	12/7

I/J

Immortelle	6/14
Immunsystem stärken	1-2/34
Immunsystem, kindliches	9/34
Immunsystem & Psychotherapie	1-2/6
Inside A.Vogel, 1: Phytotherapie und Wissenschaft	1-2/30
Inside A.Vogel, 2: Jedes Saatkorn zählt	3/30
Inside A.Vogel, 3: Wachsame Reifeprüfung	4/30
Inside A.Vogel, 4: Wildsammlung oder Vertragsanbau	5/30
Inside A.Vogel, 5: Unerwünschte Begleiter	6/30
Inside A.Vogel, 6: Prüfparcours im Labor	7-8/30
Inside A.Vogel, 7: Die Mischung machts	9/30

Inside A.Vogel, 8: Tabletten, Tropfen & Co. 10/30	M	Magenprobleme 9/34	P	Pampelmuse (Citrus grandis) 12/8
Inside A.Vogel, 9: Arzneimittel und Haltbarkeit 11/30		Mandeln, vergrößerte, 9/34		Pandemie und Natur 4/9
Inside A.Vogel, 10: Verpackung und Logistik 12/30		Mastix, Herkunft, Inhaltsstoffe, Verwendung 12/10		Parabene, Risiken 12/14
Inspiratorisches Muskeltraining senkt Blutdruck 10/9		Medikamentenplan 7-8/21		Parkinson 12/34
Ischiasschmerzen 4/32		Meerrettich, Heilpflanze 2021 11/12		Parkinson, Tango-Tanzen gg. 3/15
Johanniskrautöl, gegen Verbrennungen 9/32		Meteorismus (Blähbauch) 4/10		Peruanische Küche 7-8/24
	K	Molybdän 5/7		Pestizide, synthetische 4/22
Kaffeersatz: Wieder-/Weiterverwer- tung 1-2/18		Morbus Dupuytren 5/27		Pfefferminze gegen Übelkeit 7-8/7
Kerzen, Tipps gegen Schadstoffbelastung 11/38		Multimedikation, Risiken 7-8/18		Pflanzen, adaptogene 7-8/10
Kinder: Studie zu ausgewogenem Lebensstil 4/26		Mund, brennen im, 7-8/32		Pflanzen, nachtduftende 5/23
Kinesiotapes 12/26		Mund, brennender 5/34		Pigmentflecken 10/34
Kintsugi 3/26		Mund, trockener 1-2/34		Pillcocktail, Risiken 7-8/18
Klebstoffe biologische, Einsatz in der Medizin 10/22		Mundgeschwüre, Hilfe gg. 10/32		PRISCUS-Liste 7-8/20
Klimaschutz und nachhaltige Ernährung 12/18		Mundgeschwüre 6/34		Pubertät, gut durch die 7-8/14
Kneipp-Therapie 5/10		Musik: heilende Wirkung auf Körper und Seele 9/10		R
Knöchel, geschwollene 1-2/34		Musiktherapie 9/11		Radfahren & Prostata 4/8
Knorpel- und Kollagenaufbau 10/34				Refluxbeschwerden 4/32
Komplementärmedizin, in der Krebstherapie 12/8		N/O		Reizdarmgeplagte, Ratschlag 6/32
Kopfschmerz, unerklärlicher 7-8/34		Nanotechnologie 3/22		Reizdarmsyndrom (RDS): 5/18
Krämpfe, immer wieder 1-2/34		Nasenrachenraum/Organ 1-2/8		Restless Legs (RLS) 12/32
Krebserkrankungen: Bewegung wirkt messbar gegen 4/8		Naturkosmetik, selbst gemacht: Blütenbadesalz 12/8-9		RLS & Eisenmange 5/34
Krebssterblichkeit in Europa gesunken 7-8/7		Naturkosmetik, selbst gemacht: Brennnesselspülung 3/8-9		Rheuma, Ballaststoffe gg. 11/8
Kreislaufprobleme am Morgen 3,4/34		Naturkosmetik, selbst gemacht: Kokos-Minz-Zahnpasta 10/8-9		Rheumatoide Arthritis 7-8/7
	L	Naturkosmetik, selbst gemacht: Rosen-Gesichtsmaske 5/8-9		Rosacea 10/34
LED-Beleuchtung, Gefahren für die Gesundheit 11/14		Naturkosmetik, selbst gemacht: Zitronen-Deospray 7-8/8-9		Rosmarin, Pflanzengattung neu 9/7
Leistenbruch (Hernie) 11/26		Nierenschwäche erkennen 11/6		S
		Nikotinelüste, Natur 3/7		Säureblocker und Sodbrennen, Risiken, Nebenwirkungen 10/10
		Nüsse, gut für Gesundheit 12/9		Säureblocker 7-8/20
		Ödeme 1-2/32		Schafgarbe, Staude 2021 6/7
		OP-Termin, optimaler 4/34		Schlafmohn 7-8/9
		Osteopressur, Therapie 11/22		Schlafstörungen, behandeln 3/9
				Schluckbeschwerden 3/34
				Schmerzmittel, Wechsel- und Nebenwirkungen 7-8/21
				Schnappdaumen 1-2/32
				Schnupfen & Orgasmus 11/7
				Schritte, 8000 pro Tag 10/7
				Schwangerschaftsdiabetes 10/26
				Selbstmassage, ayurvedische 12/22

Senf, in Küche & als Heilmittel	9/14	Bewegliche Gelenke	9/29	Deftiges Sauerkrautcurry	3/36
SIBO (Dünndarmfehlbesiedlung)	6/26	Bio Lebensmittel	12/6	Fruchtiger Radieschensalat	3/35
Sjögren-Syndrom, Selenmangel	1-2/7	Bye-bye Blähbauch	4/12	Frühlingspotpourri	
Skrribben (Gelenkmobilisierung)	9/26	Cupping	6/21	mit Sanddorn	4/35
Sodbrennen & Säureblocker	10/10	Das Brennesselbuch	4/21	Herbstliche Pilzpfanne	
Soja, Risiken/Nutzen	11/25	Der Schmerz u. seine Komplizen	10/6	mit Sabayon	11/36
Spinalkanalstenose	11/34	Die Ernährungszahnbürste	1-2/6	Knusprige Linsenschnitzel	10/35
Stress, vermehrt bei Frauen	12/7	Die Kraft der Wurzeln	11/13	Kürbisknödel in Salbeibutter	10/35
Stresshormon Cortisol, Nachweis	5/9	Ernährung bei Sodbrennen	10/13	Peruanischer Quinoasalat	7-8/35

T

Tango-Tanzen gg Parkinson	3/15	Fokus Knie	6/6	Rhabarber-Griess-Tarte	5/36
Testosteron & Ernährung	9/6	Gendermedizin	6/9	Rosenkohlsuppe, feine	1-2/35
		Ghee	1-2/29	Schwarzwurzeln	
		Good Vibrations	9/13	mit Berberitzen	1-2/36
		Ich helfe mir selbst: Verdauungs- und Darmbeschwerden	5/22	Sesam-Ei mit Räucherforelle und Nüsslisalat	11/35
		Mit Gestationsdiabetes gut durch die Schwangerschaft	10/29	Spargel-Quiche mit Kefir	4/36

UV

Vitamin A: neue Referenzwerte	4/6	Miteinander durch d. Pubertät	7-8/17	Spinat-Feta-Muffin	5/35
Vogel-Uhr, Wecken	3/18	Nährwertabelle, Heseker/Heseker, DGE, 7. Neuauflage 2021/2022	11/21	Südamerikanische Natillas	7-8/36
		Nie wieder Blähbauch	4/12	Zitronengnocchi mit grünem Spargel	6/36
		On/Off Gesundheit	4/6	Zweierlei Bohnensalat	9/35

W

Wasserkefir	4/14	Physiotherapie Hausapotheke	9/6		
Wasserlassen, in der Nacht	11/32	Powerpflanzen für die innere Balance	7-8/13		
Wasserlinsen, als Fleischersatz	6/22	Reizdarm	5/22		
Wassertherapie	10/18	Schamlos schön	7-8/17		
Wechseljahrsbeschwerden	7-8/34	Schwangerschaftsdiabetes im Griff.			
Wunde, heikle	3/34	Gesund essen f. Baby u. mich	10/29		
Wurzeln, gesundheitsfördernde	11/10	Sieben (7) Minuten am Tag - endlich gesünder leben	3/6		

X/Y/Z

Zecken, Ausbreitung	6/8	SOS Sodbrennen	10/13		
Zungendiagnostik	1-2/22	Stretching	11/6		
Zungenprobleme	12/34	Warum Singen glücklich macht	9/13		
		Wie Wasser heilt	10/21		
		Wunderwaffe Basenfood	5/6		

Sonstiges

Buchtipps

Alle satt? Ernährung sichern für 10 Milliarden Menschen	4/25	Rezepte			
Apfelessig neu entdeckt	7-8/6	Auberginen mit Senfkruste und Miso-Kartoffeln	9/36		
		Blütenlimonade mit Rotklee	7-8/6		
		Brotpudding mit Äpfeln	12/36		
		Buchweizensalat mit Randen	12/35		
		Buttermilch-Kaltschale mit Immortelle	6/35		