

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 4 (1946-1947)  
**Heft:** 9

## Inhaltsverzeichnis

### Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### 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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### 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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 02.05.2026

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

# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahres-Abonnement Fr. 3.80, Ausland 4.50  
Erscheint monatlich

Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen  
Tel. Teufen 3 61 70 Postcheck IX 10 775  
Druck: Isenegger & Cie., Villmergen (Aarg.)

Insertionspreis:  
Die einspaltige Millimeterzeile 15 Rp.

## AUS DEM INHALT:

1. Johanniskraut. - 2. Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben (1. Fortsetzung). - 3. Ekzeme und Hautleiden. - 4. Verkalkung und Kalkmittel. - 5. Trockene Blutvergiftung. - 6. Unsere Heilkräuter: Hypericum perforatum (Johanniskraut). - 7. Fragen und Antworten: a) Brennnesselsaft; b) Die Wirkung der Rasayana-Kur bei Arthritis; c) Offene Beine; d) Ovasen gegen Blutwallerungen. - 8. Interessante Berichte aus dem Leserkreis: a) Nervenentzündung; b) Nierenleiden; c) Gebärmutterleiden; d) Einfache Naturmittel gegen Krampfadern, zur Erleichterung der Geburt und gegen Nervenschwäche. - 9. Warenkunde: Weisser Zucker.

## Harmonisches und unharmonisches Geschlechtsleben

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 20. März 1947 im Palmsaal des Vereinshauses in Bern, veranstaltet vom Verein zur Hebung der Volksgesundheit, veröffentlicht auf Wunsch vieler Leser.

### (1. Fortsetzung)

Wiederum ist es die Natur, die uns als Lehrmeisterin am besten zu unterrichten vermag. Wird ein Gärtner, wenn er Apfelbäume setzt, dafür sorgen, dass die Bäume möglichst rasch Früchte tragen oder wird er besorgt sein, dass sie sich zuerst entwickeln können? Ein guter Gärtner weiss ohne weiteres, dass er dem Baum zuerst Zeit gönnen muss, damit dieser wachsen und gedeihen kann. Die Triebkraft zur Entwicklung der Körperzellen muss sich voll entfalten, bevor der Baum Früchte bringen darf. Ein kranker Baum, oder wie man auf Schweizerdeutsch sagen würde, ein «särbeliger» Baum, würde rasch Früchte entwickeln. Wenn wir einen Baum beschädigen, indem wir seine Rinde anschneiden und somit eine Saftstauung verursachen, dann wird sich durch die entstandene Stauung oder Stockung im Saft das Fruchtholz bilden und der Baum wird zu blühen beginnen. Sein Wachstum ist von nun an aber behindert. Hieraus lässt sich klar erkennen, dass es biologisch nicht richtig ist, wenn ein Baum viel Früchte hervorbringt, bevor sein Wachstum vollendet ist. Richtig ist, wenn sich der Baum erst voll entfalten darf, bevor das Produkt der Keimzelle, die Frucht in Erscheinung tritt. Betrachten wir nun einmal die Keimdrüse, in der sich die Keimzelle befindet, etwas näher. Leider können wir das interessante Organ aber nur in groben Zügen beleuchten, denn es würde zu weit führen, wollten wir alle Einzelheiten erläutern. Die Keimdrüse, auch Hoden genannt, ist so gross wie eine Baumnuss. Was nun ist in diesem kleinen Gebilde alles enthalten? Viel, sehr viel! Betrachten wir nun in erster Linie einmal die Samenfäden. Stellen wir uns einen Bündel solcher Samenfäden von 1 m Länge vor. Tausend von ihnen haben in einer einzigen Keimzelle Platz. Wollten wir diese nun aneinander span-

## Johanniskraut

Aus der Sommerhitze glühend heiss, beklemmend schwer  
Fliehen aus dem Tal beharrlich wir der Höhe zu,  
Bis hinauf, wo keine Tannen mehr,  
Wo nur Stille herrscht und tiefe Ruh!  
Neben Felsen schlängelt sich der steile Weg  
Bis hinauf, wo nur Legföhren steh'n,  
Führet über manchen schmalen Steg,  
Und er lässt, was unten liegt, verweh'n.  
Uns umfängt des Berges würz'ger Hauch  
Und die Erlen, leicht vom Wind bewegt,  
Geben Schatten, wie es immer war der Brauch,  
Immer haben sie Johanniskraut vor Glut gehegt!  
Sinnend grüsst die goldne Sternblüte  
Unser Aug, das an dem Glanz sich freut,  
Denn die innewohnend reiche Güte  
Liegt im Leben oft so weit!  
«Kommt und nehmt mich mit, ich helfe gern!»  
So lädt uns die Blume ein,  
Und sie winkt von nah und fern  
Uns mit ihrem goldnen Schein!  
Und sie sagt: «Ich hab gesammelt mir  
Lauter Schätze, die euch Menschen hold,  
Plagf' mich nicht, wie ihr mit eiller Zier,  
Nicht um Sorgen, die ihr sucht und wollt!  
In der Bergluft lebt ich froh dahin,  
Schöpfte Reichtum, der auch euch bescheert,  
Und ich weiss in meinem Sinn,  
Segen spenden, macht das Leben wert!»

nen, dann würde dies eine Länge von 1 km ausmachen. Ist es nun nicht interessant, dass dies alles in einem solch kleinen Organ aufbewahrt werden kann? Neben dem Hoden befindet sich noch der Nebenhoden, der 4—5 cm lang ist und der die Vorratskammer für die Keimzellen beherbergt. Auch in ihm befindet sich ein ebensolch interessanter Kanal, der, wenn er ausgespannt würde, 4—5 m lang wäre. In ihm nun befinden sich die Keimzellen, die in den Hoden präpariert worden sind, indem sie sich langsam, schön entwickelt haben. Sie sind gewissermassen in einem konservierten Zustand und warten auf ihre spätere Aufgabe. Damit sich die Keimzellen richtig, natürlich entwickeln können, braucht es für sie eine gewisse, sorgfältige