

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 5 (1947-1948)
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. 4.50, Ausland 5.20
Erscheint monatlich

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

Insertionspreis:
Die einspaltige Millimeterzelle 15 Rp.

AUS DEM INHALT:

1. Silbermänneli. - 2. Die Nerven (Schluss). - 3. Infektiöse Augen- und Mundeiterung. - 4. Prüfungsergebnis der Naturärzte bedenklich. 5. Unsere Heilkräuter: Alchemilla Alpina (Silbermänneli). - 6. Fragen und Antworten: a) Uebliche Nervenheilmethoden und ihre Folgen; b) Behebung von Weissfluss, Verstopfung beim Kleinkind, Fuss-schweiss; c) Erfolgreiche Ernährungsumstellung. - 7. Aus dem Leserkreis: a) Vorbeugen lohnt sich; b) Ferien unter der Heilwirkung der Musik; c) Willkommene Anregung eines Lehrers. - 8. Warenkunde: Tomaten und ihr Verhältnis zu Krebs und Arthritis.

WICHTIGE MITTEILUNG

Wer die zwei Vorträge, die wir jedem Leser in gedruckter Form zugestellt haben, weder bezahlt, noch zurückgeschickt hat, wird sie wohl behalten wollen. Damit die Mühe der Einzahlung dahinfällt, lassen wir den immerhin kleinen Betrag per Post einkassieren. Wir hoffen, dass die Besitzer zurückgebliebener Broschüren diese entweder umgehend an uns zurücksenden oder aber die Einzugs-karte dafür einlösen möchten, sofern sie es nicht vorziehen, noch rechtzeitig vom grünen Einzahlungsschein Gebrauch zu machen.

Im voraus unsern besten Dank für die Bemühung!

VERLAG UND REDAKTION

Silbermänneli

*Hoch oben, wo die Alpenrosen blüh'n,
Wo neben Preiselbeeren auf dem moos'gen Stein
Goldgelbe Sonnenröschen glüh'n,
Da glitzert auch das Silbermännelien.
Man nennt es so, doch weiss man wohl,
Dass es dem Silber gleicht, doch einem Mantel kaum,
Es sei denn, dass es dienen soll
Den Elfen klein im Blütenraum.
Doch in den heut'gen schweren Tagen
Wer lebt noch in dem Traumbereich?
Heut, wo so viele Menschen klagen,
Macht unser Pflänzchen jene reich,
Die es von Leiden wohl befreiet,
Weil in ihm wohnt der Heilung Kraft.
Wie schön, wenn man zum Wohl gedeihet,
Mit seinem Leben Lindrung schafft!*

Die Nerven

Vortrag, gehalten am 15. Februar 1948 in Spiez
(Schluss!)

In mancher Ehe klappt es gerade dieser Mängel wegen nicht. Die Einsicht hierüber ist die Grundlage, um noch flicken zu können, was in solchem Falle noch zu flicken ist. Alles wird nicht mehr erreicht werden können, aber doch wenigstens noch so viel, dass die Lage einigermaßen erträglich wird. Ist z. B. ein Mann sehr geschwächt in seinem Nervensystem, also neurasthenisch, dann wird sich auch das Eheleben in seinem Rhythmus nicht harmonisch finden. Der Mann wird mit seinem kurzen Rhythmus dem vielleicht langen Rhythmus der Frau nie zu entsprechen vermögen, so dass die Frau nie zu einer normalen Expansion kommen kann. Mit der Zeit wird sie nervös und kalt. Es werden sich verschiedene Leiden einstellen, wie

Eierstocksentzündungen, denn etwas, was zur Auslösung hätte kommen sollen, muss resorbiert werden, weshalb alsdann die erwähnten Schwierigkeiten auftreten. Wenn wir daher auch bei Frauen zerrüttete Nerven finden, dann hat dies sehr oft in dem erwähnten Umstand seine Ursache. Leider sind sich die Männer des öftern über den wahren Sachverhalt nicht klar und erkennen nicht, dass ihr eigener, geschwächter Zustand zu den Schwierigkeiten führte und statt nun entsprechend behilflich zu sein, wird durch Mangel an Einsicht das Band der Ehe nur noch mehr gefährdet. Es ist hieraus leicht ersichtlich, dass nicht alle Mängel mit Pillen, Tropfen und Tees zu beheben sind; man muss die Schäden vielmehr an der Wurzel anpacken, um sie einigermaßen wieder beseitigen zu können; man muss sich bemühen, die Verhältnisse umzugestalten, damit die Harmonie wieder zustande kommt, was sich alsdann auch aufs körperliche Wohlbefinden auswirken wird.

Noch ein anderer Faktor, der für das Nervensystem der Frau sehr belastend ist, das sind Fehlgeburten und die darauf folgenden Auskratzungen, denn dabei werden viele empfindliche Nervenenden betroffen. Nach solch operativen Eingriffen sollten daher die Frauen ihre Nerven doppelt schonen können. Diese Schonung nun aber besteht nicht darin, dass sich die Frauen hinsetzen, sondern dass sie viel laufen können. Durch das Laufen gibt es wieder Zirkulation. Auch Sitzbäder sind günstig, um den Unterleib richtig erweichen zu können. Von den Eierstöcken und den Nerven, die von unten nach oben gehen, hängt das Gesamtbefinden enorm stark ab. Man sollte daher auf eine richtige Pflege nach Fehlgeburten ein grosses Gewicht und sehr viel Wert legen.

Wir sehen also, dass das Gebiet der Nerven ein äusserst kompliziertes ist und vieles damit in Zusammenhang gebracht werden kann.

Wenn ich vorhin das Laufen, also das Spaziergehen erwähnt habe, dann muss ich anschliessend noch darauf hinweisen, dass dabei auch noch ein anderer Faktor, näm-