

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 6 (1948-1949)  
**Heft:** 7

## Werbung

### 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>**

in sich wohl Bazillen beherbergen, aber dennoch nicht direkt durch sie erkranken. Durch den Umstand aber, Bazillenträger zu sein, bilden sie eine gewisse Ansteckungsgefahr für viele Menschen und ein Mittel zur Behebung dieser Gefahr ist bestimmt zu begrüssen.

Die soeben erwähnte Wirksamkeit des Honigs stellt ihn in die Reihe bewährter alter, Naturheilmittel und unser Vertrauen zu ihm ist voll berechtigt, wenn schon es einige geben mag, die ihn nicht ertragen und deshalb auf seine Güte verzichten müssen.

## Mitteilungen

### Grahambürli für die Schuljugend

Einen nachahmenswerten Bericht erhielten wir seinerzeit von einem Lehrer der Stadt St. Gallen zugesandt. Er lautete wie folgt:

«Der Schulzahnarzt stellte an Hand einer Statistik fest, dass die Zahnkaries seit Einführung des Vollkornbrottes während des Krieges sehr stark zurückgegangen sei. Aus diesen und andern volksgesundheitlichen Gründen haben der Schulzahnarzt und die Gesundheitskommission in Verbindung mit dem Bäckermeisterverband der Stadt St. Gallen beschlossen, in Zukunft in den verschiedenen Schulhäusern während den Pausen statt weisse «Bürli» und verschiedenes süssee Klein-gebäck ein gesundes Grahambürli verkaufen zu lassen.

In einem Vorort von St. Gallen werden seither täglich 50 Grahamweggli für eine Gesamtzahl von ca. 150 Schülern geliefert.

Wenn sich auch nur ein Drittel der Schüler der gesünderen Zwischenmahlzeit bedient, so ist es immerhin ein Drittel und da der Ansporn hierzu z. T. von behördlicher Seite getätigt wurde, verspricht er womöglich nicht allzurasch wieder im Sande verlaufen zu müssen.»

Wie leicht wäre es den Behörden, die gesundheitlichen Bestrebungen unter dem Volke zu unterstützen. Warum muss denn der Umweg über Krankenkassen und anderes mehr gemacht werden, wo doch gesunde Ernährung allein schon eine wesentliche Erleichterung und Besserung zu Stande bringen würde. Die Not der Kriegszeit appelliert sehr oft an die Vernunft der Menschen, aber leider unterziehen sie sich ihr jeweils nur gezwungenermassen. Sobald als möglich greifen sie wieder zu dem, was dem Gaumen besser zu munden scheint und doch ist auch der Gaumen ein williges Werkzeug, das sich verhältnismässig rasch schulen lässt. Man muss es nur verstehen, ihm die naturgemässe Nahrung schmackhaft zuzubereiten, dann findet er auch leichter Gefallen an Graham-Bürli und Vollkornbrot.

### Soviel Kräutlein wider Leibesnot, Aber kein einziges wider den Tod

Vielen Lesern unsrer Zeitschrift ist Dr. Ponndorf bekannt, nicht nur, weil wir einmal Näheres über ihn berichtet haben, sondern weil seine speziellen Impfungen schon in mancher Familie nutzbringende Anwendung gefunden haben. Manche Mutter ist dankbar, dass ihrem Kinde durch die Forschungen Dr. Ponndorfs eine stabile Grundlage verschafft werden konnte, so dass hinfort die Anfälligkeit zu Katarrhen und andern Erkältungserscheinungen dahinfällt. Auch mancher Patient, der unter seiner Veranlagung zu Rheuma und Gicht schwer gelitten hat, manch einer, den der Heuschnupfen jedes Jahr plagte, verdankt Dr. Ponndorf seine Heilung, zum mindesten aber eine wesentliche Besserung seines Zustandens.

Nun ist aber Dr. Ponndorf, der Mann, der mit unermüdlichem Forschungstrieb Tausenden seiner Mitmenschen geholfen hat, selbst aus dem Dasein geschieden. Am 10. Mai dieses Jahres durfte er, der bereits 85 Jährige, aber immer noch Tätige, seine Augen schliessen, denn auch für ihn war kein Kräutlein gewachsen, das ihn vor dem Tode bewahrt hätte. Aus seinen Briefen aber geht hervor, dass er die Unbill von zwei Weltkriegen wohl senkrecht ertragen hat, dass ihm aber der Druck der Verhältnisse und der sittliche Wandel der Zeit innerlich sehr zugesetzt haben, so dass er einmal erwähnte: «Ich habe mir mein Alter anders vorgestellt.» Wüsste man nicht, dass schliesslich der Boshheit mit all ihren Urhebern ein tiefes Grab geschaufelt wird, und könnte man nicht voll überzeugt sein, dass im Gegensatz hiezu die Auferstehung kein blosses Phantom bleiben, sondern nach der Verheissung des grossen Nazareners Wirklichkeit werden wird, dann müsste uns der tapfere Lebenskampf aufrichtiger Menschen bedrücken. Da es aber von göttlicher Warte aus fest beschlossene Tatsache ist, dass die Menschheit schliesslich auch das Kräutlein wider den Tod

finden darf, wollen wir unsere Zuversicht nicht in trauriger Betrachtung verlieren. Manch einer sinkt ins Grab, ohne den Mitmenschen wesentlich gedient zu haben. Es ist in der heutigen Zeit immerhin eine Genugtuung, wenn Menschen bis in ihr hohes Alter gegen den Strom zu schwimmen wagen und ihren Halt in stetigem Helfertum nicht verlieren.

Verantwortlicher Redaktor: A. Vogel, Teufen

## PROBE-ADRESSEN

sind herzlich willkommen. Meldet uns Eure Verwandten, Bekannten und Freunde. Wir werden sie probeweise mit den GESUNDHEITS-NACHRICHTEN beliefern.

### Entgifte Dich

ohne Berufsunterbrechung durch die angenehme neuzeitliche Badekur nach Frau Prof. Schlenz (Kräuter-Schwitzbäder)

Ausgezeichnete Wirkung bei chronischen Leiden, insbes. Zirkulationsstörungen, hoher Blutdruck, Gicht, Rheuma, Ischias, Gelenkleiden, Neuralgie, offene Beine, Blutwallerung, Alterserscheinungen. Keine Belastung f. das Herz.

Prospekte verlangen.  
**HEILBAD NEUBAD**  
Zürich 6, Ottikerstr. 37  
Tel. 28 47 11

Kennen Sie die hervorragende Wirkung vom natürlichen OZON-Dampfbad? Es fördert die Blutzirkulation, stärkt den Körper, gibt Beweglichkeit und wunderbares Wohlbefinden. - Seit 10 Jahren gute Erfolge!

### OZON-BAD

Zürich 1, Zähringerstr. 21  
Frau E. Pfister  
Tel. (051) 32 33 70

Kurhaus **Post Hemberg**  
und Café (Toggenburg)

Ruhe und Erholung, Pensionspreis Fr. 10.— B. Rycken

Herrlich, wie auf Watte, geht man auf dem plastischen Korkfussbett dieser

## Gesundheits-Sandalen

und fühlt sich wohl darin.



Mit Kernledersohle:  
Damen Fr. 28.80 Herren Fr. 31.80  
Mit Rohgummisohle:  
Damen Fr. 32.50 Herren Fr. 36.50  
Damen und Herren tragen sie und sind begeistert!

Schriftliche Bestellungen portofrei per Nachnahme. Umtausch gestattet, bei Nichtgefallen Geld zurück.

SCHUHHAUS

**Schönbucher**

Zürich - Tel. (051) 25 19 21  
Langstr. 94 - Dienerstr. 39

## DRUCK-SACHEN

für jeden Bedarf ein- und mehrfarbig prompt und zuverlässig aus der

Buchdruckerei  
**Isenegger & Cie.**  
Villmergen

Der bewährte Citronen-essig



**Citrovin**

fein, weitreichend, bekömmlich. — Ferner jetzt wieder überall erhältlich **Mayonnaise NUNALPHORN** (mit Citrovin) qualitativ und geschmacklich gleich vorzüglich. **Citrovin AG, Zofingen**