

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 9 (1952)  
**Heft:** 10

## 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

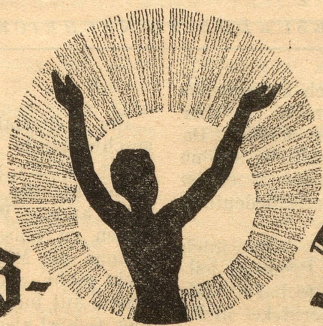
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 18.03.2026

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



# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

<b>Jahresabonnement:</b> Inland . . . . . Fr. 4.50 Ausland . . . . . Fr. 5.70	<b>Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen</b> Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie, Villmergen	<b>Vertriebsstelle für Deutschland:</b> VITAM-Verlag Hameln · Abonnement: 4.50 DM Postcheckkonto Hannover 55456	<b>Insertionspreis:</b> Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt
---	--	---	---

**AUS DEM  
INHALT**

1. Roter Sonnenhut . . . . .	81
2. Ein Blick in andere Länder . . . . .	81
3. Beobachtungen beim Kräutersammeln . . . . .	83
4. Katarrhe und Erkältungen . . . . .	84
5. Unsere Heilkräuter: Echinacea purpurea (roter Sonnenhut)	85
6. Fragen und Antworten: a) Ferienkritik . . . . .	86
b) Schwerwiegendes Blasenleiden . . . . .	87
7. Aus dem Leserkreis: Petasises zur Regenerierung in schweren Fällen . . . . .	87

## Ein Blick in andere Länder

Wenn man in seiner unzerstörten Schweiz, in der der Krieg verhältnismässig wenig Einschränkungen und Not mit sich gebracht hat, wohlverwahrt sitzen und wirken kann, ist es bestimmt einmal von Gutem, einen Blick in andere Länder zu werfen, um zu sehen, wie sich diese trotz schwerster Kriegsnot wehren und wieder emporarbeiten.

### In Deutschland

Als ich nach dem Kriege das erste Mal nach Deutschland fuhr, um dort die früher gepflegten Freundschaften wieder aufzufrischen, war ich so sehr erschüttert über alles, was ich zu sehen, zu hören und mit Augen und Herz wahrzunehmen bekam, dass ich nicht den Mut fand, irgend etwas darüber in den «Gesundheits-Nachrichten» zu berichten. Nicht nur die vielen Trümmer der einstigen schönen Stätte alter Kultur, sondern vor allem die Trümmer zerrütteter Seelen haben mich bis in die tiefsten Tiefen derart erschüttert und hergenommen, dass ich all dies still in mir verarbeiten musste.

Als ich später ein zweites Mal durch Deutschland fuhr und zwar durch die Städte Süddeutschlands bis hinunter an die Wasserkante, war ich erstaunt und angenehm überrascht, dass inzwischen so vieles gearbeitet worden war, was von zähem Fleiss und Ausdauer zeugte. Noch sind zwar viele Trümmer als Zeugen der schrecklichen Zerstörung übrig geblieben, aber sie vermochten nicht so lähmend zu wirken, dass sich die Menschen nicht wiederum aufgerafft hätten, um schucke Häuser zu bauen und einfache, zweckdienliche Kulturen anzulegen. Auf diese Art lässt man am raschesten Gras über das Geschehene wachsen und pflegt dadurch wiederum einen gesunden Geist. Mit wenigen Ausnahmen ist auch die Autobahn wieder instandgestellt worden. Einzelne gesprengte Brücken sind allerdings noch zu ersetzen. Die Anlagen links und rechts der Autobahn und der grüne Streifen zwischen den zwei Fahrbahnen lassen gewisse Schrecken des Krieges, die da und dort noch lauern, leicht vergessen. Tatsächlich lenken die zahlreichen Hecken mit ihren Heilpflanzen die Blicke des Kenners auf sich. Ein Grossteil des deutschen Bedarfes an Crataegus, dem bekannten Weissdorn, der einen herrlichen Herzextrakt liefert, könnte links und rechts der Autobahnen gepflückt werden. Auch die Rosa canina, die bescheidene Heckenrose, bietet ihre Wildfrüchte zur Herstellung des vitamin-C-reichen Hagebuttenmarkes an. Johanniskraut steht in Mengen an den Halmen, wie noch andere Heilpflanzen, die gerade jetzt am deutschen Volk eine wichtige Aufgabe zur Wiederbringung der verlorenen Körper- und Nervenkräfte erfüllen sollten.

## Roter Sonnenhut

Margeriten mir gefallen,  
Doch von allen liebe ich Echinaceen,  
Wenn in Reih und Glied sie stehen.  
Auch als roter Sonnenhut  
Kennt man diese Pflanze gut,  
Stattlich schön, mit tiefem Duft,  
Schaut sie in die klare Luft,  
Statt der Blütenblättchen weiss  
Dienen wohl zu frohem Preis  
Rosaviolette Farben,  
Auch das Krönchen muss nicht darben,  
Stolz es in der Mitte steht,  
Jeder, der vorübergeht,  
Freut sich an dem starken Ton,  
Den es sich statt gold'nem Lohn  
Passend anerkoren hat.  
Wahrlich, leicht wird man nicht satt  
Von dem Anblick und dem Duft,  
Wenn uns diese Pflanze ruft,  
Sie zu schauen in dem Garten,  
Wenn die Julitage warten,  
Wenn sie ihre Wärme spenden  
Froh, mit reichen Geberhänden.  
Auch Echinacea gibt,  
Weil sie gern zu helfen liebt,  
Nicht nur Schönheit, Duft und Pracht  
Aus Echinacea lacht,  
Nein, sie hat noch weit viel mehr,  
Hilfe spenden ist nicht schwer,  
Wenn man soviel reiche Gaben  
Darf wie diese Pflanze haben.