

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 17 (1960)  
**Heft:** 3

## 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:** 24.01.2026

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

März 1960

Nr. 3

17. Jahrgang

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Redaktion und Verlag: Dr. h. c. A. Vogel, Teufen (Schweiz) — Telefon (071) 23 60 23

Druck: Walter Sprüngli, Villmergen

Jahresabonnement:

Schweiz: Postcheck-Konto St. Gallen IX 107.75 6.— Fr.  
Deutschland: Vertriebsstelle: Fa. Merk & Co., Konstanz, Postcheck Karlsruhe 6228 6.— DM  
Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97.670 36.— S.

Uebriges Ausland: Fr. 7.50

Insertionspreis: Die 1spaltige mm-Zeile 35 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

Auflage 20 000 Exemplare — Auch mit französischer Beilage

### A U S D E M I N H A L T

1. Das erste Vogellied . . . . .	33
2. Nachteile von Industriezucker und Weißmehl . . . . .	34
3. Was hilft uns einen Nervenzusammenbruch vereiteln? . . . . .	36
4. Ein Fingerzeig für Männer über Vierzig . . . . .	37
5. Die Angst . . . . .	39
6. Grippezeit . . . . .	40
7. Cocablätter — Erythroxylon Coca . . . . .	41
8. Das Rüebli und seine Vorzüge . . . . .	42
9. Ist fettes Essen gesund? . . . . .	43
10. Heilwirkung der rohen Kartoffel . . . . .	44
11. Pflanze dein eigenes Penicillin . . . . .	44
12. Löwenzahnsalat und Radieschen . . . . .	45
13. Kleiner Wink für den Garten . . . . .	46
14. Fragen und Antworten: a) Hilfe bei angeborener Muskel- und Nervenschwäche . . . . .	46
b) Entwicklungsrückstand und übler Mundgeruch . . . . .	47
c) Behebung eines Blasenleidens . . . . .	47
15. Interessante Berichte aus dem Leserkreis: a) Regelung der Periode und des Uebergewichtes . . . . .	48
b) Günstige Unterstützung der Harnorgane und der Nerven . . . . .	48

### D A S E R S T E V O G E L L I E D

*Im Tale regt sich schon das Leben,  
Die Veilchen duften da und dort,  
Schon manches Kräutlein ist gegeben,  
Dem, der es sucht am rechten Ort. —  
Selbst da, wo Schnee das Land noch decket,  
Die Frühlingsahnung sich beriet  
Mit Hoffnungsfreude, die gewecket  
Das erste, frohe Vogellied.*