

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 25 (1968)  
**Heft:** 5

## 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

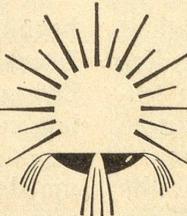
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 20.02.2026

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

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE



ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frau S. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23

Druck: Schoch &amp; Co., 3072 Ostermundigen

Annoncen: Gesundheits-Nachrichten, Alte Landstrasse 2, 9450 Altstätten SG, Telefon 071 75 15 33

Schweiz: Postcheck-Konto St. Gallen 90 - 107 75 / Jahresabonnement: 7.- Fr.

Deutschland: A. Vogel, Verlag der Gesundheits-Nachrichten, 775 Konstanz, Postfach 138, Postcheck Karlsruhe 70082 7.- DM

Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97 670 45.- S.

Übriges Ausland: Fr. 8.50

## INHALT

1. In den Anden . . . . .	65
2. Erlebnisse im peruanischen Bergland . . . . .	66
3. Gicht . . . . .	68
4. Bewahrung vor Erkältungen, Katarrhen und Grippe . . . . .	70
5. Zusammenhänge zwischen Ernährung, Ethik und Politik . . . . .	72
6. Wasserverunreinigung und Gift in der Nahrung . . . . .	73
7. Traubensaft als Heilmittel . . . . .	74
8. Wildbeeren oder Wildfrüchte . . . . .	76
9. Bärlauch, Allium Ursinum . . . . .	78
10. Aus dem Leserkreis:	
a) Kartoffelsaft und natürliche Heilmittel . . . . .	79
b) Beobachtungen mit Rotalgenkalk . . . . .	80

## IN DEN ANDEN

So sieht's in den Anden aus,  
Farbenfroh und munter,  
Wenn's auch ärmlich ist zu Haus,  
Geht die Lieb nicht unter.

Ja, die Ahnen konnten schon  
Ihre Macht verspüren,  
Denn gar manchen rüstgen Sohn  
Mocht sie zart berühren.

Heute durch Ruinenfeld  
Liebespaare wandern,  
Glücklich, wenn auch arm gestellt,  
Eines hält zum andern.

Alter Hut im dunklen Haar,  
Wie ihn einst getragen  
Schon die Ahne Jahr um Jahr  
Voller Wohlbehagen.

Und das Tuch, das bunte auch,  
Alles selbst gewoben,  
Wie es damals war der Brauch,  
Mag die Braut nur loben!

Warum soll sie eitel sein,  
Da es ihr gelungen,  
Da mit ihrem schlichten Sein  
Sie ein Herz bezwungen?

Einen Burschen still und scheu  
Kann sie nun beglücken  
Mit der Wärme und der Treu,  
Die ihr Herz stets schmücken.

Kann wohl auch so glücklich sein  
In den andern Zonen  
Junges Volk ohn Prunk und Schein?  
Ja, es würd sich lohnen!

Umschlagbild: Liebespaar in den Anden

Originalaufnahme von Ruth Vogel