

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 26 (1969)  
**Heft:** 6

## 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:** 24.02.2026

**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 & Co., 3072 Ostermundigen

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. Wanderglück . . . . .	81
2. Vom gesundheitlichen Wert des Wanderns . . . . .	82
3. Johanniskraut, Hypericum perforatum . . . . .	84
4. Gebundenheit zwischen Mutter und Kind . . . . .	85
5. Übersäuerung . . . . .	87
6. Günstige Behandlung bei chronischer Nierenentzündung . . . . .	89
7. Vergiftungsgefahren durch die Landwirtschaft . . . . .	90
8. Tropische Gewässer mit ihren Vor- und Nachteilen . . . . .	93
9. Erschreckende Tatsachenberichte betreffs Darmparasiten . . . . .	94
10. Aus dem Leserkreis:	
a) Erfolgreiche Mittel gegen Epilepsie . . . . .	95
b) Einfache Naturmittel als zufriedenstellende Helfer . . . . .	95
c) Natürliche Pflege nach schwerem Unfall . . . . .	96
d) Hilfe gegen Altersbeschwerden . . . . .	96

### WANDERGLÜCK

Wie lang hielt doch in der Gefangenschaft  
 Der Winter jene, die gern wandern,  
 Doch jetzt sagt eines zu dem andern:  
 «Gut, dass die Wärme kam mit ihrer Kraft.»

Die Last des Alltags, sie ist heute gross,  
 Der Lärm zermürbt, die Luft voll Gase  
 Beleidigt stetig unsre Nase,  
 Und hastend fragt man sich: «Was ist denn los?»

Vielleicht führt irgendwo im Bergland noch  
 Ein Wanderweg uns in die Stille,  
 Noch nicht geteert nach Menschenwille,  
 voll würzger Waldluft ohne lästiges Joch.

Wenn so wir dringen in die Berge ein,  
 Wird Vogelsang uns froh umgeben,  
 Wir werden voller Freud erleben,  
 Ein Teil der gütigen Natur zu sein.

Wie früher kehren wir gestärkt zurück,  
 Der Alltag ist uns nicht mehr Bürde,  
 Wir sind durchdrungen von der Würde,  
 Die uns gewährt des Schöpfers reines Glück! —

S. V.

Umschlagbild: Oberengadiner Wandergebiet

Originalaufnahme von Ruth Vogel