

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

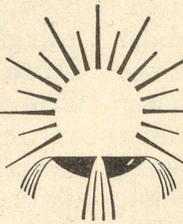
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media 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?»

Vielelleicht führt irgendwo im Bergland noch
 Ein Wanderweg uns in die Stille,
 Noch nicht geteert nach Menschenwille,
 voll würziger Waldluft ohne lästges 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