

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 29 (1972)  
**Heft:** 1

## 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

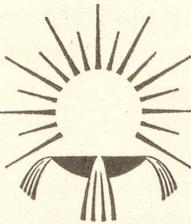
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées 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:** 23.02.2026

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



# GESUNDHEITS-NACHRICHTEN

MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Januar 1972

29. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frau S. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23  
Druck, Versand und Administration: Schoch & Co., 3072 Ostermundigen

Schweiz:	Postcheck-Konto St. Gallen 90 - 107 75 / Jahresabonnement:	Fr. 8.50
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten», Postcheck Karlsruhe 70082	DM 8.50
Österreich:	Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670	S 55.—
Übriges Ausland: Fr. 10.—		

## INHALT

1. Andere beglücken . . . . .	1
2. Die lebenswichtige Pflege unserer Leber . . . . .	2
3. Bei mehr Kaliumsalzen günstigere Erfolge . . . . .	4
4. Komisches Amerika . . . . .	5
5. Die Arbeit als Gesundheitssport . . . . .	7
6. Breidiät für Magengeschwürkranke . . . . .	8
7. Die umstrittene Eiweissfrage . . . . .	9
8. Das Märchen vom Urmenschen . . . . .	12
9. Gefährlichkeit der Skorpione . . . . .	14
10. Sorgen im tropischen Lebenskreis . . . . .	15
11. Aus dem Leserkreis:	
a) Mein Herz ist voll Dank . . . . .	16
b) Willkommene Richtlinien . . . . .	16

## ANDERE BEGLÜCKEN

Wieder ist ein Jahr dahin,  
War so lang wie jedes andre,  
Es erfüllte Herz und Sinn,  
Der Befehl ist, dass es wandre.

Niemals kommt es je zurück,  
Sei im neuen drum besonnen,  
Keinen Tag vermiss das Glück,  
Das durch Güte du gewonnen.

Denke dran, wer schuf die Zeit,  
Dass im Gleichmass sie sich schenke  
Ordnungsvoll in Ewigkeit? —  
Sinne nach und ernstlich denke!

Was sich auch der Mensch beschafft,  
Zeit kann er sich nicht erkaufen,  
Was er auch zusammenrafft,  
Seine Stunden ihm entlaufen. —

Darum schätzt den Wert der Zeit,  
Lass die Uhr nur ruhig ticken,  
Wenn du bist wie sie bereit,  
Wirst du andere beglücken! —

S. V.

Umschlagbild: Mittagsstimmung im Rosegat

Originalaufnahme von Ruth Vogel