

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 32 (1975)  
**Heft:** 10

## 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:** 24.12.2025

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

# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG · KÖRPERPFLEGE · ERZIEHUNG

Oktober 1975

32. Jahrgang

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

Schweiz:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck-Konto St. Gallen 90-10775	Jahresabonnement: Fr. 10.50
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck Karlsruhe 70082 – 756	DM 10.50
Österreich:	Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 Uebriges Ausland: Fr. 12.50	S 68.–

## INHALT

1. Bitte an den Herbst . . . . .	145
2. Moderner Frevel an fruchtbarem Boden . . . . .	146
3. Spilanthes mauritiana . . . . .	147
4. Magnesium . . . . .	148
5. Kalium . . . . .	148
6. Nährsalzreiche Kohlrabibrüllätter . . . . .	148
7. Kraftnahrung für Sportler . . . . .	149
8. Arbeitstherapie . . . . .	151
9. Geriatrie . . . . .	152
10. Der Schlaf, ein wunderbares Stärkungsmittel	153
11. Sollten ärztliche Berater metaphysische Einflüsse kennen? . . . . .	155
12. Gefährlichkeit der Muttermale . . . . .	157
13. Die Leber in hoffnungslosen Fällen . . . . .	158
14. Aus dem Leserkreis: a) Vereiterte Kiefer- und Stirnhöhle . . . . .	159
b) Günstige Wirksamkeit von Echinacea . .	159
c) Geben beglückt . . . . .	160

## BITTE AN DEN HERBST

Bitte Herbst, noch keine Flocken,  
Zeig dich stark und unerschrocken,  
Lass dich doch berauben nicht,  
Sei beharrlich, treu und schlicht! –  
Denn wir wollen wandern gehen,  
Wollen noch die Lärchen sehen,  
Die mit Gold gefärbt du hast,  
Noch fällt Winter uns zur Last! –  
Drum soll er nicht jetzt schon kommen,  
Denn noch mag er uns nicht frommen,  
Hüllt er doch in Nebel ein,  
Was noch könnte sonnig sein. –  
Ja, wir wollen uns erfreuen,  
Während du uns wirst betreuen  
Noch mit deiner Wärme Kraft,  
Die für uns viel Gutes schafft! –

Nachher mag der Winter zeigen,  
Dass ihm Kälte ist zu eigen,  
Dass er nur mit Weiss sich schmückt  
Während dir die Farbe glückt.  
Herbst, drum sollst du weiter malen,  
Sollst in Schönheit noch erstrahlen,  
Senden deinen würz'gen Duft  
Uns zu stärken in die Luft.  
Arven- und auch Lärchenwälder  
Nicht nur Wiesenland und Felder  
Schlafen doch nur unterm Schnee,  
Lass sie freu'n sich vor dem Weh,  
Lass sie froh noch weiter wirken  
Mit dem Laub der goldenen Birken!  
Herbst, halt drum den Schnee zurück,  
Erst im Winter bringt er Glück! S. V.

Umschlagbild: Herbstliches Puschlav

Originalaufnahme von Ruth Vogel