

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 33 (1976)  
**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:** 23.02.2026

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



# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

## MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Oktober 1976

33. 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		S 68.–
	Uebrigtes Ausland: Fr. 12.50		

### INHALT

1. Herbstliche Stürme und Farbenfreude . . . . .	129
2. Heilwirkung frischer Kleie . . . . .	130
3. Das werdende Kind isst und trinkt mit . . . . .	131
4. Der Hundebandwurm, eine nicht zu unterschätzende Gefahr . . . . .	132
5. Die Haut verrät unsere Lebensführung . . . . .	134
6. Schlankheitskuren finden Anklang . . . . .	136
7. Notwendiges Wissen über Sonnenbestrahlung . . . . .	137
8. Mörderisches Gift . . . . .	138
9. Milchsäure, Molke und Hefe . . . . .	139
10. Das Geheimnis des Erfolges . . . . .	141
11. Meeresalgen . . . . .	142
12. Aus dem Leserkreis:	
a) Lohnende Bodenbedeckung . . . . .	143
b) Hilfe durch Kohlblätterauflagen . . . . .	144
13. Berichtigung . . . . .	144

### Herbstliche Stürme und Farbenfreude

Wieder zieht der Herbst ins Land  
Und zerstört mit harter Hand  
Was der Frühling ernst begonnen,  
Was zur Reife konnte kommen  
In des Sommers Wärmekraft,  
Die den Segen stets verschafft. –  
Und doch, ist es nicht auch schön,  
Wenn die Herbsteslüfte wehn?  
Ungestüm beginnen sie  
Und erreichen für die Mühen  
Eine bunte Farbenfreude,  
Die entzückt wohl alle Leute.  
Wer noch nicht im Urlaub war,  
Fährt zu Berg, das ist doch klar! –  
Froh und schmuck in goldner Pracht,  
Lärchenzauber ist erwacht,  
Zwischen dunkeln Arvengrün  
Sie voll innger Wärme glühn. –

Noch denkt niemand wohl daran,  
Dass ein anderer färben kann  
Alles gleich in reinem Weiss,  
Denn nach göttlichem Geheiss  
Wechseln unsre Jahreszeiten,  
Sommer, Winter, sie bereiten  
Wärme und dann Kälte wieder,  
Jeder singt die eignen Lieder,  
Doch, wir nehmen, was sich zeigt,  
Bis die ganze Erde schweigt.  
Noch muss manches fertig reifen,  
Wer den Wechsel kann begreifen,  
Heimset ein den reichen Segen,  
Muss er auch dafür sich regen.  
Herbstes Stürme mögen toben,  
Dennoch sie den Schöpfer loben,  
Und die bunte Farbenpracht  
Drum den Winter froh verlacht! – S. V.

Umschlagbild: Herbstliche Bergwelt

Originalaufnahme von Ruth Vogel