

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 37 (1980)  
**Heft:** 5

## **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](#)

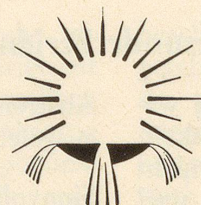
**Download PDF:** 15.02.2026

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



# GESUNDHEITS

## MONATSSCHRIFT FÜR



# NACHRICHTEN

## NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Mai 1980

37. 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 – 10 775	Jahresabonnement: Fr. 10.50
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck Karlsruhe 70082 – 756	DM 12.50
Österreich:	Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670	S 100.–
	Übriges Ausland: Fr. 12.50	

### INHALT

1. Geschickte Rätsellösung . . . . .	65
2. Gesunde Ferien . . . . .	66
3. Sonnenenergie im Gewächshaus . . . . .	67
4. Gefahr der Übermüdung . . . . .	68
5. Ärztliche Ethik . . . . .	70
6. Wieviel Nahrung benötigen wir? . . . . .	72
7. Schlankheitsdiät mit Brot . . . . .	74
8. Das Tiefkühlen unserer Nahrung . . . . .	75
9. Wilder Thymian . . . . .	75
10. Rätselhafter, weisser Zucker . . . . .	76
11. Weizenkleie statt Abführmittel . . . . .	76
12. Frühdiagnose bei Krebs . . . . .	77
13. Spätfolgen von Unfällen . . . . .	78
14. Hilfe bei Zuckerkrankheit . . . . .	79
15. Aus dem Leserkreis	
a) Molkosan als zuverlässige Hilfe . . . . .	80

### GESCHICKTE RÄTSELLÖSUNG

Eine Mutter aus Korea kam,  
Mutig sie von ihrer Heimat Abschied nahm.  
Zwar, gar manche Sitte fremd ihr war,  
Dennoch wurd' ihr eine Regel offenbar,  
Liebevoll muss der Beweggrund sein,  
Der uns antreibt, dann bleibt unser Dasein rein  
Von dem Hass, dem Vorurteil der Welt,  
Allem, was sich feindlich uns entgegenstellt.  
Die Verschiedenheit uns gar nicht trennt,  
Wenn verständnisvoll in uns das Herze brennt,  
Denn wir stammen aus demselben Quell,  
Unversiegbar ist er, hilfreich, stets zur Stell.

Sind wir seinem Wirken zugetan,  
Schauen wir den Sinn des Lebens anders an.  
Uns beglückt dann manche Kostbarkeit,  
Manches Schöne, das auf unsern Weg gestreut.  
Unterschiede man gar leicht vergisst,  
Wenn die ganze Erde unsre Heimat ist.  
Jene Mutter, sie bleibt stets beglückt,  
Weil sie sich in Unabänderliches schickt,  
Weil sie alles Schöne schätzt und liebt,  
Alle guten Gaben andern weitergibt.  
Lösen wir des Lebens Rätsel so,  
Sind auch wir wie jene Mutter still und froh! –

S. V.

Umschlagbild: Unsere Mutter kam aus Korea

Originalaufnahme von Ruth Vogel