

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 39 (1982)  
**Heft:** 9

## 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](#)

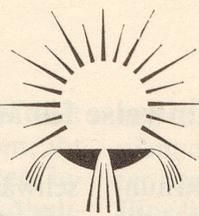
### Terms of use

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:** 04.02.2026

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

# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR



# NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

September 1982

39. 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, Telefon 031 51 15 01

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck-Konto St. Gallen 90-10 775

Jahresabonnement: Fr. 13.—

Deutschland: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck Karlsruhe 70082-756

DM 15.50

Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670  
Übriges Ausland: Fr. 15.50

S 115.—

## INHALT

1. Erglühen wie das Matterhorn .....	129
2. Beachtenswerte Hinweise für werdende Mütter .....	130
3. Säureregen .....	131
4. Rheuma .....	134
5. Spätfolgen .....	136
6. Arbeitstherapie .....	137
7. Malaria .....	138
8. Instinkt des gesundheitlichen Gewissens .....	138
9. Die Königin Zelle .....	139
10. Kur- und Kneipp-Hotel Passugg AG .....	139
11. Die Bevölkerung der USA beginnt in Ernährungsfragen zu erwachen	140
12. Milchsaure Nahrungsmittel .....	143
13. Krankenhauskost .....	143
14. Dein anderer Bruder .....	144

## ERGLÜHEN WIE DAS MATTERHORN

Wie oft hat man dem Matterhorn  
Schon manches Lob gespendet,  
Auch wenn umweht von Sturm und Zorn,  
Hat sich das Blatt gewendet.  
Das, weil das Matterhorn nicht hört  
Auf unzufriedene Leute  
Von Habsucht, Ehrgeiz, Neid betört  
Ein Übel wohl von heute!  
Das Matterhorn bleibt ruhig stehn,  
Ob Wolken drüber schweben,  
Es bleibt auch hinterm Nebel schön,  
Das können wir erleben.  
Denn ist die Decke nur erst weg,  
Strahlt es in hellem Schimmer  
Das ist bestimmt des Lebens Zweck  
Gelassene Ruh' nicht immer.  
Dass sich die Menschen mühen,  
Was liegt denn am erstrebten Ziel,  
Wo keine Blumen blühen.  
Drum gönn' dem Berg die Einsamkeit.

Welch' anderer ist so mächtig?  
Und wenn die Sonne ihn erfreut,  
Ist keiner wohl so prächtig.  
Zufrieden mit dem eignen Los  
Kann jeder sich bewähren,  
Die Erde ist so schön und gross,  
Um Freude zu bescheren.  
Drum nimm das Fünklein Güte mit,  
Wenn du im Tal verschwindest,  
Damit du stets auf Schritt und Tritt  
Manch Unheil überwindest,  
Damit der Nebel weichen muss,  
Die Wolken von dir eilen.  
So wird das Leben zum Genuss  
Und lässt sich froh verweilen.  
Das Matterhorn nickt dazu kühn,  
Grad so hab' ich's erfahren.  
Wer für das Schöne kann erglühn,  
Bleibt jung trotz vielen Jahren.

S.V.

Umschlagbild: Das Matterhorn

Originalaufnahme von Ruth Vogel