

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 40 (1983)  
**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 1983

40. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Fr. R. 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	S 115.—
	Übriges Ausland: Fr. 15.50	

## INHALT

1. Malerischer Herbst.....	145
2. Meine Begegnung und jahrelange Freundschaft mit A. Vogel und seiner Familie .....	146
3. Aufbauende Anerkennung und zermürbende Kritik .....	149
4. Schutz gegen Mückenstiche .....	151
5. Wenn wir abgespannt und überarbeitet sind .....	153
6. Cholesterin – Feind der Arterien .....	154
7. Endlich bleifreies Benzin in Aussicht .....	155
8. Erfahrungen aus dem Leserkreis .....	156
9. Ist der Blausäuregehalt in Leinsamen-Präparaten eine Gefahr für den Patienten? .....	158
10. Narbenbehandlung nach Operationen .....	159

## MALERISCHER HERBST

Wen Oktober rückt heran,  
Dann der Herbst bestimmt begann,  
Und es reift die letzte Frucht,  
weil sie die Vollendung sucht. –  
Auch an Farben fehlt's ihm nicht,  
Da auf Wind er ist erpicht.  
Dieser durch die Äste streift,  
Blätter, Nadeln er ergreift,  
Säuselt um sie hin und her,  
Und es fällt ihm gar nicht schwer,  
Ohne farb'gen Pinsel dann,  
Umzuwandeln, was er kann.  
Manches Grün wird gelb und rot,  
Zwar bedeutet das den Tod,

Wird darob doch jedes Blatt  
Schliesslich müd' und völlig matt. –  
Doch, solang im Sonnenschein  
Farbenfroh es noch kann sein,  
Es den Herbst gar reich beglückt;  
Überraschend Farbe schmückt!  
Dadurch manches schöne Bild  
Vor dem Winter ist gewillt,  
Noch zu leuchten, sich zu freu'n,  
Bunt das Leben zu erneu'n! –  
Dieserthalb im Herbsteswald  
Unser Dankeslied erschallt,  
Voll Triumph die Schöpfermacht  
Trotz dem Wandel sieghaft lacht! –

S. V.

Umschlagbild: Herbstlicher Wanderweg

Originalaufnahme von Ruth Vogel