

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 3

## 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](#)

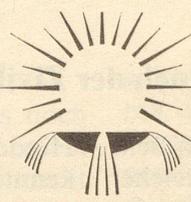
### Terms of use

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:** 11.02.2026

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

# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR NACHRICHTEN



## NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

März 1984

41. 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. 15.—
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck Karlsruhe 70082-756	DM 18.—
Österreich:	Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670 Übriges Ausland: Fr. 18.-	S 130.—

### INHALT

1. Gebührendes Lob.....	33
2. Der Fluch der Zivilisation.....	34
3. Richtlinien für werdende Mütter .....	37
4. Mundhygiene .....	39
5. Nicht: «Viel hilft viel» .....	41
6. Arteriosklerose muss nicht sein .....	43
7. Drei heilende Öle.....	45
8. Leistungssteigerung für Sportler .....	47

### GEBÜHRENDES LOB

Wo der Schnee vor kurzem lag,  
 Keimt und grünt und blüht es schon,  
 Und ein jeder Arbeitstag  
 Bringt dem Landmann freudgen Lohn.

Würd er nicht das Samenkorn  
 Sorgsam in die Furchen streun,  
 Würde Unkraut, Distel, Dorn  
 Sich des Bodens nur erfreun.

Darum Lob dem stillen Fleiss,  
 Doch Welch ein erhabner Ruf,  
 Welche Ehre, welcher Preis  
 Ziemp dem, der das Leben schuf?      S. V.

Umschlagbild: Pfluggespann in der Toscana

Originalaufnahme von Ruth Vogel