

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 11

## 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](#)

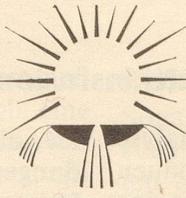
### Terms of use

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:** 16.01.2026

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

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN



## MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

---

ERNAHRUNG · KÖRPERPFLEGE · ERZIEHUNG

November 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»<br>Postcheck-Konto St. Gallen 90-10 775                              | Jahresabonnement: Fr. 15.— |
| Deutschland: | A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»<br>7750 Konstanz, Postfach 1138; Postcheck-Konto Karlsruhe 70082-756 | DM 18.—                    |
| Österreich:  | Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670  | S 130.—                    |
|              | Übriges Ausland: Fr. 18.—   |                            |

## INHALT

|  |     |
|--|-----|
| 1. Das vergessene Gebot! .....                   | 161 |
| 2. Bluttransfusionen .....                       | 162 |
| 3. Das Wasser – ein unentbehrlicher Helfer ..... | 164 |
| 4. So heile ich Krebs .....                      | 166 |
| 5. Die wertvolle Molke .....                     | 169 |
| 6. Zuckerkrankheit (Diabetes) .....              | 171 |
| 7. Gedanken am Sonntag, dem 24. Juni 1984 .....  | 172 |
| 8. Die Umweltverschmutzung und der Mensch .....  | 173 |
| 9. Sind Mikrowellen schädlich? .....             | 174 |
| 10. Erfahrungen aus dem Leserkreis .....         | 174 |

## DAS VERGESSENE GEBOT!

Ruhe nach getaner Arbeit,  
Ruhe nach dem frohen Spiel,  
Ruhe nach des Lebens Narrheit,  
Ruhe nach der Jagd zum Ziel!

Wirk so viel es dir entspricht,  
Doch vergiss die Ruhe nicht!

S.V.

---

Umschlagbild: Erquickender Schlaf

Originalaufnahme von Ruth Vogel