

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 44 (1987)  
**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:** 29.01.2026

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

# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR



# NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNAHRUNG · KÖRPERPFLEGE · ERZIEHUNG

Oktober 1987

44. 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 17 75

Schweiz:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» Postcheck-Konto St. Gallen 90-10 775	Jahresabonnement: Fr. 15.—
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» 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. Bergwelt und Stadtgetriebe .....	145
2. Wie wirken unsere Heilpflanzen? .....	146
3. Gehirnerschüttungen sind nicht ungefährlich .....	148
4. Finnland .....	148
5. Die Wichtigkeit unserer körperlichen Abwehr .....	151
6. Südamerikanische Krebsheilung .....	152
7. Fasten .....	153
8. Das Lesevergnügen .....	155
9. Aus unserem Leserkreis .....	156

## BERGWELT UND STADTGETRIEBE

Die stille Bergwelt zieht den Städter an.  
Er flieht aus Lärm und schlechter Luft  
Hinauf. Es hilft ihm meistens noch die Bahn,  
Zu eilen aus des Tales Gruft. —

Die Berge werden mehr und mehr bedrängt,  
Und Räder rollen auf dem Weg,  
Der früher holprig, eingeengt;  
Verschwunden ist der schmale Steg.

Der Lärm der Stadt zieht nun zum Berg hinan;  
Die frische Luft kennt Autogase;  
Unglaublich, doch es drängt sich Mann an Mann,  
Gewohnt, dass jeder einfach rase! —

Die Bergwelt, sie bleibt stille, wie zuvor.  
Aus kargem Grund die Blume kommt,  
Und aus der Morgenröte tritt hervor  
Das Tageslicht, das allen frommt.

S. V.

Umschlagbild: Ferienparadies Arosa

Originalaufnahme von Ruth Vogel