

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 46 (1989)  
**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:** 11.01.2026

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

# GESUNDHEITS NACHRICHTEN

MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

September 1989

46. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frl. 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 90-10775-6	Jahresabonnement: Fr. 15.—
Deutschland:	A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten» 7750 Konstanz, Postfach 1138; Postcheck-Konto Karlsruhe 70082-756	DM 18.—
Österreich:	M. Werner, Buchversand A. Vogel, Postcheck 0981-35718/01	S 130.—
	Übriges Ausland: Fr. 18.—	

## INHALT

1. Lebenslasten .....	129
2. «Die Kaninchen hatten recht» .....	130
3. Hautekzeme – nässende und trockene Schuppenflechte – Psoriasis .....	130
4. Basen und Säuren .....	132
5. Verantwortung für das Leben .....	133
6. Man ist wie man isst! .....	134
7. Wissen hilft gegen Krebs .....	135
8. Ein Urlaub mit Naturkost .....	136
9. Depressionen .....	137
10. Erdstrahlen.....	138
11. Schützen leichte Zigaretten vor Herzkrankheiten? .....	140
12. Erfahrungen aus dem Leserkreis .....	140

## LEBENSLASTEN

Überall Geschäftigkeit  
Auf der Erde weit und breit. –  
Indianer müh'n sich sehr,  
Tragen ihre Lasten schwer  
Über Berge, durch das Tal,  
Für sie ist das keine Qual!

Tüchtig sind noch andere Leut',  
Weil das Handeln sie erfreut,  
Selbst der Künstler es versteht,  
Sonst wär bald sein Fleiss verweht,  
Wenn er schon Talent besitzt,  
Ist's, dass es zum Heil ihm nützt. –

Mühe trägt zwar vielfach ein,  
Was sich wünschet gross und klein,  
Doch nicht alles liegt an dem,  
Was das Leben macht bequem. –  
Geistge Güter wiegen mehr  
Als die Jagd nach Geld und Ehr!

S.V.

Umschlagbild: Bunttes Warenangebot

Originalaufnahme von Ruth Vogel