

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 49 (1992)  
**Heft:** 8: Lebenswertes Alter

## 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:** 14.02.2026

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

# INHALT

<b>DER NATUR AUF DER SPUR ....</b>	<b>4</b>
<b>THEMA DES MONATS</b>	
Lebensqualität für alte Menschen .....	6
<b>LESER-REISE</b>	
Ein unvergesslicher Tag in Teufen .....	10
<b>ZAHNMEDIZIN</b>	
Amalgam: Chronische Vergiftung durch Zahnfüllungen....	12
<b>HEILPFLANZEN</b>	
Ginkgo: Der Baum aus dem Fernen Osten .	15
<b>GESUND DURCH DEN AUGUST .....</b>	18
<b>BILD DES MONATS .....</b>	19
<b>BEI UNS ZU GAST</b>	
Lydia Schweizer, Fuss- reflexzonentherapeutin	20
<b>ERNÄHRUNG</b>	
Spitalkost: Da kann man ja nicht gesund werden.....	22
<b>DIAGNOSTIK</b>	
Semiotik: Krankheiten erkennen aus Gesicht und Körper .....	25
<b>LESERFORUM</b>	
Selbsthilfeforum und Erfahrungsberichte .....	28
<b>BLICK IN DIE WELT .....</b>	31

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

«Es ist nie zu spät, die Natur in ihrem Heilstreben zu unterstützen, denn das Gesetz der Natur gebietet, Leben zu erhalten.» Dieser so viel Verständnis, Mitgefühl und Vertrauen in die heilenden Kräfte der Schöpfung zum Ausdruck bringende Ausspruch von Alfred Vogel passt sehr gut zu unserem Thema des Monats, mit dem wir uns den natürlichen Heilverfahren in der Altersmedizin widmen. Angehörige wie Betroffene – und sogar viele behandelnde Ärzte – lassen sich leider allzu oft vom Gedanken leiten, bei kranken alten Menschen helfe nur noch die Chemotherapie oder das Messer des Chirurgen, da die sanften Reize beispielsweise der Phytotherapie ihre Wirkung in solchen Fällen nicht mehr entfalten könnten.

In der Tat ist es aber wirklich nie zu spät. Voraussetzung sind allerdings Verständnis und Einfühlungsvermögen in die Wirkmechanismen der Naturmedizin seitens des Patienten. Hier aber kann gerade der ältere oder alte Mensch persönlich sehr viel einbringen in einen Heilungsprozess, da ihm jugendlicher Sturm und Drang fern sind und er durch sein gereiftes menschliches Wesen sehr viel mehr Geduld und meist auch Ausdauer sowie Disziplin in der Anwendung einer länger dauernden Heilmethode mitbringt. Er ist selten der bedingungslose Konsument, der seinen angeschlagenen Körper einer Maschine gleich beim Arzt zur Reparatur bringen und so rasch wie möglich instandgestellt haben möchte.

Genau deshalb ist es so wichtig, dass sich die Geriatrie ernsthaft mit alternativen Heilmethoden beschäftigt. Und wenn schliesslich, was hier keineswegs bestritten werden soll, eine Spitalpflege unumgänglich wird, ist es für Besucher, die einer vollwertigen Ernährung verpflichtet sind, oft unverständlich, mitanzusehen zu müssen, wie wenig Vitalstoffe eine durchschnittliche Spitalkost hat. Auch dazu lesen Sie in dieser Nummer unsere Verbesserungsvorschläge.

Wie hieß doch das allererste Buch Alfred Vogels, das er 1935 schrieb: «Die Nahrung als Heilfaktor». Mehr darüber in unserer nächsten Nummer.

**Herzlichst, Ihr  
Ruedi Brunner**

