

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 50 (1993)  
**Heft:** 6: Krebs und die Immunkräfte

**Artikel:** A. Vogel's Monatsschrift im 50. Jahrgang  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-557748>

### **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:** 02.05.2026

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

## A. Vogel's Monatsschrift im 50. Jahrgang



**Die allererste Monatschrift von Alfred Vogel, die aber 1932 wieder eingestellt wurde.**

fragen kurze Auskünfte und Orientierungen geben», ist im ersten Jahrgang 1943, welcher mit der März-Nummer startete, nachzulesen. Angefügt wurde gleich, dass das Heft schon damals einen Vorgänger hatte: «In gewissem Sinne soll es eine Fortsetzung der früheren Zeitschrift 'Das Neue Leben' sein, wobei sich die 'Gesundheits-Nachrichten' allerdings nur auf das Wesentlichste beschränken, das sofort praktisch verwertet werden kann.» Und daran, so glauben wir, hat sich das Heft bis auf den heutigen Tag gehalten.

In der Tat stammt die allererste Schrift von Alfred Vogel, die während einer gewissen Zeit regelmässigen Charakter haben sollte, aus dem Jahr 1929. Wenn wir uns vergegenwärtigen, dass damals das Gedankengut in der westlichen Welt an der Schwelle stand zur Entfernung von den natürlichen Vorgängen in Richtung blinden Gehorsams gegenüber Technik und Chemie, dann vermögen wir zu erahnen, wie einsam sich ein engagierter Naturheilkundler bisweilen fühlen musste. Das allerdings hielt den Autor des «Neuen Lebens» keineswegs davon ab, mit Feuer und Flamme Gegensteuer zu geben. Lassen wir ihn gleich selber sprechen. Unter dem Titel:

Unsere aufmerksame Leserschaft wird es mit Sicherheit im Verlauf dieses Jahres schon gemerkt haben: Die Gesundheits-Nachrichten stehen heuer im 50. Jahrgang ihres regelmässigen monatlichen Erscheinens. Mit Freude, aber auch mit Dankbarkeit gegenüber einer derart langen und eindrucklichen Konstanz im Verbreiten des Gedankenguts einer natürlichen Lebens- und Heilweise nehmen wir die Mitte des Jubiläumsjahres zum Anlass, etwas zurückzublättern in frühere Zeiten des Wirkens von Dr. h.c. Alfred Vogel. Aber nicht nur das: Wir machen unserer treuen Leserschaft auch noch ein schönes Angebot. Lesen Sie selbst!

«Dem Wunsche vieler Kunden entsprechend, gebe ich nun wieder monatliche Nachrichten heraus, die über Gesundheits- und Ernährungs-

## Treueste Leser(innen) gesucht

Es ist eine der Besonderheiten unserer Monatsschrift, dass sich ihre Leser sehr stark mit ihr, bzw. den darin vertretenen Ansichten und Erfahrungen identifizieren. Das hat zur Folge, dass eine Vielzahl unserer Leserschaft den Gesundheits-Nachrichten in grosser Treue verbunden ist. Nun wollen wir das halbe Jahrhundert an publizierten Jahrgängen zum Anlass nehmen, mit unseren treuesten Leserinnen und Lesern in Kontakt zu treten.

Erinnern Sie sich, wie lange es her ist, dass Sie Ihr erstes Abonnement bestellt

haben? Vielleicht schon vor einigen Jahrzehnten? Ist Ihnen womöglich ein besonderes Erlebnis aus all den Jahren als GN-Abonnentin oder -Abonnent in Erinnerung geblieben? Dann schreiben Sie uns an:

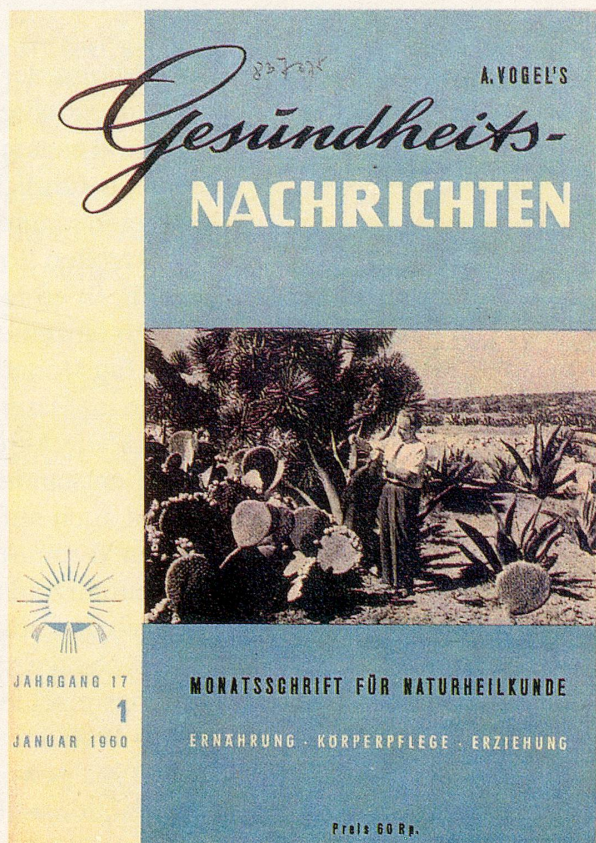
Verlag A. Vogel, Jubiläum,  
CH-9053 Teufen.

Gerne möchten wir in einer der nächsten Nummern darüber berichten – und auf unsere treuesten Leser wartet in diesem Jubiläumsjahr eine angenehme Überraschung!

«**Alles Grosse und Schöne ist einfacher Art**» nahm Alfred Vogel im Oktoberheft 1929 den Zeitgeist offen und ehrlich unter die Lupe: «Hinab in die Tiefe weist der Wegweiser der herrschenden Ansichten, niederwärts zu prunkhafter Schönheit, zu herrschsüchtiger Grösse; denn was ist begehrenswerter für den heute mehr denn je degenerierten Zustand der Menschheit, als sich über die nackte Tatsache des Niedergangs hinwegzutäuschen!» Das sind deutliche Worte, die, man staune, auch 1993 hätten geschrieben werden können. In jenem Artikel lässt es der Schreiber aber nicht bei der Kritik bewenden. Was wie ein roter Faden durch sein aufklärendes Werk im Dienste des kranken wie gesunden Menschen führt, war schon damals Alfred Vogels Anliegen: Den Menschen stets praktischen Rat zur Umkehr, zum friedlichen Umgang mit den Helfern aus der Natur zu erteilen.

«Wirf sie weg, die Bürde vergänglicher Schönheit, schleudere sie von dir, die Würde schwindender Grösse, und du wirst mit federner Leichtigkeit und singendem Frohmut den Fuss über Schwierigkeiten setzen und zu ruhiger Schönheit und erhabener Grösse in unvergänglicher Art hingelangen», kann man in diesem über 60jährigen Heft weiter lesen. Gemeint ist damit die Abkehr vom Schielen nach Scheinerfolg, Luxus und unnatürlichem Überfluss und, stattdessen, die Hinwendung zu Bescheidenheit und Respekt vor Mitmensch und Natur.

Die Ausgabe Januar 1960. Zum erstenmal erscheinen die Gesundheits-Nachrichten im bis heute gebliebenen Format, mit der Leitfarbe blau.



# Gesundheits-Nachrichten

MONATSSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement: Inland . . . . . Fr. 4.50 Ausland . . . . . Fr. 5.75	Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen Tel. 071 316 76 (Nachh. 13 19 75) Druck: Leupold & Co., Vöhringen	Vertriebsstelle für Österreich: Dr. Gebelin, Döbelenstr. 16 Innsbruck Abonnementspreis: 12 Sch.	Leserzetteladresse: Die Teufener wohnen 26 Dp. Die Wilmersberger-Redaktion
--	--	---	--

AUS DEM INHALT

1. Schafgarbe - 2. Magen- und Darmleiden (Stähne) - 3. Röntgenstrahlen und Krebs - 4. Frühoperation oder deren Umgehung
5. Radionuclidstrahlungen - 6. Hechte und Pflichten der Frau - 7. Unsere Heilkräuter: Achilles Mildekraut (Schafgarbe) - 8. Fragen und Antworten: Durch Ausdauer zum Erfolg - 9. Interessante Berichte aus den Leserkreisen: Rasche Hilfe durch Ausweitung des Giftstoffes - 10. Neujahrswünsche.

**Magen- und Darmleiden**

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 6. Dezember 1948  
im Hotel Falke in Teufen

6. Fortsetzung und Schluss

Ein weiterer Faktor, der nun Beachtung finden muss, ist die Leber. Bei ihr spielt vor allem der Genuss von Carrotin eine hervorragend heilsame Wirkung, aber auch noch andere gute Hilfsmittel stehen zur Verfügung. So ist das bekannte Schöllkraut, das so genannte Chelidonium, in ganz kleinen Mengen eingenommen, eine ausgezeichnete Hilfe bei Leberstörungen. In manchen Gegenden ist es als Wurzelnkraut allgemein bekannt. Am besten ist es, wenn man es homöopathisch in der zweiten Potenz einnimmt. Auch Podophyllum ist in der dritten Potenz, für Sensiblen ein sehr gutes Mittel. Sensiblen sollten überhaupt in erster Linie einmal die homöopathischen Mittel ausprobieren, denn wenn diese stark genug wirken, dann verfallt man über eine Hilfe, die auf keinen Fall schadet. Sollten die homöopathischen Mittel in ihrer Wirkung hingegen nicht stark genug sein, dann kann man zu den Präparationspräparaten übergehen, die etwas intensiver sind. Nicht jeder Mensch reagiert auf die gleichen Mittel. Esymptatische Naturen, Künstlertypen, Kellergesichter, Menschen mit feiner Haut, in denen das Blau der Adern durchschimmert, also feine und empfindsam reagierende Naturen sind für homöopathische Mittel geeignet. Im Kontrast zu diesen stehen die kräftigen Typen, wie Metzger und Bauern, die bei einer körperlichen Störung vornehmlich zu den kräftigeren Kräutermittele greifen, da solche bei ihnen erfolgreich zu wirken vermögen. Je nach der Struktur des Menschen sollte man auch die Mittel wählen. Im Grunde genommen, gehört es zur Aufgabe eines guten, lüchigen Arztes, die Wahl geschickt zu treffen und ebenso geschickt zu dosieren. Dies war früher ja auch üblich. Die heutige chemische Industrie hat aber diese individuellen Notwendigkeiten den Büßel gestossen, da sie alles schematisiert und standardisiert hat, so dass die derzeitigen Rezepte mehr zu schreiben haben, denn alles steht sowohl ihnen, wie auch den Apothekern fertig versucht zur Verfügung.

Für einen talentierten, studierten Fachmann, der die ganze Pharmazie und alles damit zusammenhängende kennt, ist ein solcher Umstand unbedingt selbstverständlich, besonders im Anbetracht dessen, dass auch er sich der Tatsache individueller Verschiedenheiten bewusst ist. Die Zeit des alten Landarztes, der sowohl die individuelle Veranlagung, als auch den Krankheitsfall genau berücksichtigte und danach seine Mittel richtete, zu denen er selbst die Rezepturen schrieb, war für den Patienten, wie auch für den Arzt bedeutend besser. Es magen allerdings viele, denen es nur um Schmerzmittelung zu tun ist, mit dieser Ansicht nicht einig gehen. Die vielen Fertigfabrikate er-

**Schafgarbe**

Schafgarbe steht am Wege  
Und hupelt fein:  
«Soll ich denn nicht zur Pflege  
Gehören sein?»  
Es wußt du dich denn schenken  
Mit diesem herben Gut,  
Wilst nicht zu dich auch danken  
Mit frohem, leichtem Mut?  
Schafgarbe schüttelt leise,  
Glössen, durch geschneid  
In ihrer stillen Weise  
Die Blüte leicht im Wind,  
Sie nickelt froh, versonnen,  
Wenn sie im Lächeln steht,  
Dass Glück hat sie gewonnen.  
Wenn Herzhaft sie umweht,  
Doch ist sie auch zufrieden,  
Sicht sie im Stolzbruch bloss,  
Wo ihr vollrecht beschneiden  
Ein kömmerliches Los,  
Liegt irgend in der Hand  
Ein Feder brech und zer,  
Sicht sie in seinem Grunde  
Und wünschet sich gar nichts mehr,  
Einmal mit weisen Dolken,  
Einmal auch roserot!  
Zieht sie sich zu dem Holde  
Und schüttelt ob die Not,  
Wer so sich lems beschneiden  
Immittes Sturm und Pein,  
Wer lächelt wollt in Leiden,  
Kann sicher glücklich sein.

So sahen die Gesundheits-Nachrichten in den Vierziger- und Fünfzigerjahren aus.

Seine damalige intensive Tätigkeit als Naturarzt und Heilpflanzenforscher sowie die sich häufenden Vorträge Alfred Vogels im In- und Ausland brachten es mit sich, dass das Monatsheft in den Dreissigerjahren nicht mehr regelmässig erschien. In diese Periode fiel andererseits die erste grössere Publikation, die rasch vergriffen war: Das Buch «Die Nahrung als Heilfaktor», das seit 1992 im Verlag A. Vogel als Faksimile wieder erhältlich ist.

**1943 war es soweit!**

Aber der Gedanke, Monat für Monat mit einer Vielzahl von Leuten in Kontakt zu sein, die seine Ideen und Erkenntnisse teilen und Erfahrungen austauschen wollten, liess Alfred Vogel nicht los. Und im März 1943 war es dann soweit: Das Heft erschien zum erstenmal unter dem Namen «A. Vogel's Gesundheits-Nachrichten», versehen mit dem Untertitel: «Für Sie und Ihre Familie – Monatlicher Berater für natürliche Ernährung, Körperpflege, Erziehung und biologischen Landbau». Zu lesen ist darin über die viel-

fältige Wirkung der kieselsäurehaltigen Hirse sowie über entsprechende Hirsekochezepte. Leser berichteten über ihre Erfolge mit Johannisol und weissem Lehm bei Nervenschmerzen, während der Autor selber ausführlich über die Vorzüge der «verachteten Brennnessel» als Kalklieferant und über den fluorhaltigen und deshalb für die Zähne so wertvollen Roggen informierte.

Von da an erhielten die Leser (bald aus aller Welt, wie das Blättern in den einzelnen Nummern unschwer erkennen lässt) bis zum heutigen Tag Monat für Monat Aufschlussreiches aus der natürlichen Heilkunde ins Haus geliefert. Während Jahrzehnten war es ein alleiniges Werk von Alfred Vogel und seiner ersten Frau Sophie. Die Manuskripte entstanden nicht nur zu Hause, zuweilen im Flugzeug, manchmal auf Vortragstourneen oder auch spätabends nach getaner Arbeit als Naturarzt mit täglich Dutzenden von Patienten. Nie aber versiegte diese monatliche Quelle der Erfahrungen, aus denen so viele Menschen Nutzen ziehen konnten.

Anfangs erschien das Heft noch im einfachen Zeitungsformat, später, ab 1960, im traditionellen blauen Kleid als Heft, wie man es bis April 1992 gewohnt war. Erst dann vollzog sich, unter Einbezug eines Redaktionsstabes, der gewillt ist, diese Tradition fortzusetzen, ein weiterer Entwicklungsschritt in Richtung einer etwas erweiterten

und farbigeren Gestaltung – so, wie sich auch das vorliegende Heft präsentiert.

Wir freuen uns, dass eine wichtige Stütze des Lebenswerks von Dr. h.c. Alfred Vogel, die von ihm begründeten «Gesundheits-Nachrichten», bis heute lebendig geblieben sind und – die Aufmunterung und der Zuspruch der Leserschaft beweisen es – nichts an ihrer Bedeutung für eine zunehmende Zahl gesundheitsbewusster Menschen verloren hat. Gerne hoffen und wünschen wir, dies möge über den 50. Jahrgang hinaus so bleiben. ●

## Unser Angebot: Die Leserreise zum GN-Jubiläum!

Das Jubiläum «50 Jahre A.Vogel's Gesundheits-Nachrichten» ist für uns der Anlass, mit einem besonderen Angebot an unsere Leserschaft heranzutreten: Eine sechstägige Leserreise vom

**Dienstag, 24. August bis Sonntag, 29. August 1993 nach Holland,**

- wo, wie nirgendwo sonst, für praktisch jedermann der Schweizer Naturheilkundepionier ein Begriff ist;
- wo allein der «Kleine Doktor» in einer Millionenaufgabe erschienen ist;
- wo, umrahmt von einem malerischen historischen Städtchen, wunderschöne Heilpflanzenkulturen (nach A.Vogel) Auge und Herz erfreuen.

Unsere Leserreise führt uns am ersten Tag von Teufen über Zürich und Basel bis nach Limburg. Am zweiten Tag treffen wir in Elburg ein, wo wir am Donnerstag im von jährlich 50 000 Menschen bewunderten grossen A.-Vogel-Zentrum empfangen werden. Der Freitag ist für einen Besuch in Amsterdam mit den bekannten Grachten und für eine Rundfahrt durch die berühmten Blumenfelder bei Bloemendaal und Haarlem reserviert. Am Samstag erreichen wir über Breda, Antwerpen und Brüssel die Stadt Luxemburg, wo wir übernachten und am Sonntag über die elsässische Metropole Strassbourg etwa um 17 Uhr Basel erreichen.

Unsere Leserreise mit Gleichgesinnten, die ganz im Zeichen des 50. Jahrgangs der Gesundheits-Nachrichten stehen wird, worüber Sie täglich viel Wissenswertes und Neues erfahren werden, kostet Fr. 900.–, inklusive Übernachtungen und Halbpension in den Hotels.

**Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.**

Wenn Sie interessiert sind, bei dieser einmaligen «A.Vogel-Reise» dabei zu sein, dann verlangen Sie unseren Anmeldeschein mit einer Postkarte bei:

Verlag A.Vogel,  
A.-Vogel-Reise, CH-9053 Teufen,  
Telefon 071 33 46 12.