

Objektyp: **TableOfContent**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **8 (1951)**

Heft 1

PDF erstellt am: **22.07.2024**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

### **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*  
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, [www.library.ethz.ch](http://www.library.ethz.ch)

<http://www.e-periodica.ch>

# Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE  
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung



<b>Jahresabonnements:</b> Inland . . . . . Fr. 4.50 Ausland . . . . . Fr. 5.70	<b>Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen</b> Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	<b>Vertriebsstelle für Österreich:</b> Dr. Günther, Rechenweg 1g, Innsbruck Abonnementspreis: 10 Sch. Postcheck-Nr. 129,335	<b>Insertionspreis:</b> Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt
--	---	---	---

## FARNKRAUT

Ob im Sommer, wenn die Sonne strahlt  
Und mit Grün der Erde Kleid bemalt  
Oder ob im Winter, wenn es kalt,  
Tiefe Stille herrschet stels im Wald,  
Niemand ahnt, dass reiches Leben ruht  
Unterm Schnee, der wärmet still und gut.  
Erst, wenn wieder Frühlingsmacht  
Ueber unsrer Erde jubelnd lacht,  
Dann, die weisse, warme Decke  
Weicht, damit die Sonne wecke  
Grünes Leben aus dem Waldesboden,  
Dass es atme mit vermehrtem Odem.  
Zart und zierlich eingerollt,  
Ganz auf seine Art ein Gold,  
Aus der Erde dringt hervor  
Weit und breit ein Blätterchor.  
Fein gefiedert, wie gestanzt,  
Drüberhin der Sonn'schein tanzt  
Und mit liebevollem Strahl  
Holt hervor er Zahl um Zahl.  
So, im Walde wird geschafft  
Durch des Lebens Wunderkraft,  
Ohne Schere, ohne Nadel,  
Nur durch eigenart'gen Adel.  
Niemand hat daran gedacht,  
Keine Menschenhand entfacht  
Dieses spriessend frohe Leben,  
Das dem Walde ward gegeben.  
Plötzlich steht das Farrenkraut,  
Wenn der sonn'ge Himmel blaut  
Mitlen in dem Walde da,  
Selber wie ein Wäldchen ja.  
Und die schönen Blätterfächer  
Sind wie schirmend kleine Dächer,  
Drunter lebt es mannigfalt  
Von dem kleinsten Volk im Wald.  
Aber auch der Menschen Pein  
Lindert Farnkraut, macht es klein.  
So, mit seinen schlichten Schätzen  
Kann es mannigfach ergötzen,  
Und nach jedes Winters Trübe  
Wacht es auf mit neuer Liebe,  
Lebt in seinem kleinen Glück  
Und strahl't dieses reich zurück.

## AUS DEM INHALT:

	Seite
1. Farnkraut	1
2. Erkältungskrankheiten, Rheuma, Gicht und Ischias (4. Fortsetzung)	1
3. Auflagen von Kohlblättern und andern Heilpflanzen	2
4. Regelung von Magerkeit und Fettleibigkeit	3
5. Grundursachen von Kopfweh und deren Bekämpfung	3
6. Durchhalten	4
7. Unsere Heilkräuter: Aspidium filix mas (Wurmfarn) Pteridium aquilinum (Adlerfarn)	4
8. Fragen und Antworten:	
a) Kieferhöhleneriterung	5
b) Wirksame Behandlung von Rachitis, Kehlkopf- und Ohrenentzündung	6
9. Interessante Berichte aus dem Leserkreis:	
a) Nachahmenswert	6
b) Einfache Vorbeugung	6
c) Heilung von Magengeschwür	6
d) Günstige Wirkung der Ponndorf-Behandlung	7
10. Warenkunde: Ganzer Weizen	7

## Erkältungskrankheiten, Rheuma, Gicht und Ischias

Vortrag von A. Vogel, gehalten am 21. Februar 1950  
im Vereinsaal (Palmsaal), Bern

(4. Fortsetzung)

Sehr interessant ist es, zu beobachten, dass bei den Frauen die Arthritis meist nach der Abänderung anfängt. Von dieser Zeit an beginnen die Kurven plötzlich zu steigen, und es ist nicht von ungefähr, dass sogar die *Menstruation einen Zusammenhang mit den arthritischen Leiden* besitzt. Ein entsprechender Versuch hat dies des öfters schon bestätigt. Wenn bei arthritischer Erkrankung die Funktion der Eierstöcke mangelhaft ist, dann sollte diese zuerst geregelt werden. Bringt man die Eierstöcke wieder in Ordnung, regelt man vor allem die Periode, so dass sie nicht mehr zu schwach ist, dann sind die Patientinnen jeweils erstaunt über die gute Wirkung, die die eingesetzten Mittel auf ihre arthritischen Gebrechen ausüben. Die Schmerzen werden geringer, die Knoten werden weicher und können sich sogar etwas zurückbilden, und dies nur schon durch einfache, natürliche Mittel, die die Funktion der Eierstöcke wieder regulieren, die somit also in keiner Form spezifische Mittel gegen arthritische Leiden darstellen. Wir sehen daraus die interessantesten Zusammenhänge, die wir keineswegs wegwischen können, denn sie bestehen tatsächlich. Solcherlei Reflexwirkungen lassen sich auch bei andern Erkrankungen feststellen, so z. B. wenn zur gleichen Zeit Magen- und Ekzem- oder Hautleiden vorhanden sind. Behandelt man den Magen spezifisch, dann tritt das Ekzem vermehrt auf, geht man gegen letzteres vor, dann macht sich das Magenleiden