

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 33 (1976)  
**Heft:** 2

## Inhaltsverzeichnis

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

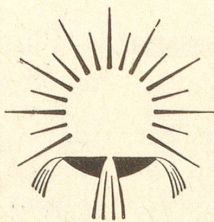
### **Terms of use**

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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.01.2025

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

# GESUNDHEITS MONATSSCHRIFT FÜR



# NACHRICHTEN NATURHEILKUNDE

ERNÄHRUNG • KÖRPERPFLEGE • ERZIEHUNG

Februar 1976

33. Jahrgang

Redaktion und Verlag: A. Vogel und Frau S. Vogel, 9053 Teufen (Schweiz), Telefon 071 33 10 23  
Druck, Versand und Administration: Schoch & Co. AG, 3072 Ostermundigen

Schweiz: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck-Konto St. Gallen 90-10775      Jahresabonnement: Fr. 10.50  
Deutschland: A. Vogel, Verlag der «Gesundheits-Nachrichten»  
Postcheck Karlsruhe 70082 – 756      DM 10.50  
Österreich: Spar- und Darlehenskasse Feldkirch, Postcheck 97,670      S 68.–  
Uebrigas Ausland: Fr. 12.50

## INHALT

1. Nur einer . . . . .	17
2. Fluor, Flussspat – Fluorcalcium . . . . .	18
3. Schnellkompost . . . . .	19
4. Wühlmauspläge . . . . .	20
5. Gefahren für Kinder . . . . .	21
6. Ein Wort zur rechten Zeit . . . . .	22
7. Ein gehaltvolles Frühstück . . . . .	23
8. Kaffee als diagnostisches Hilfsmittel . . . . .	25
9. Künstliche Süßmittel für Zuckerkrankte . . . . .	26
10. Muskelrisse . . . . .	27
11. Erfahrungen mit Einreibemitteln . . . . .	28
12. Am Krankenbett . . . . .	29
13. Kranke Zellen mit ihren Stoffwechselprodukten . . . . .	31
14. Aus dem Leserkreis:	
a) Mit 80 Jahren rüstig und gesund . . . . .	31
b) Die bestätigte Warzenfrage . . . . .	32

## NUR EINER

Als einzger Berg im flachen Land  
Der Teide ist gar wohl bekannt,  
Er ist berühmt und sehr verehrt,  
Denn kein Rivale ihn beschwert. –  
Hingegen, wo der Berge viel  
Sich richten nach dem höchsten Ziel,  
Ruft jeder dreist: «Besteige mich!»  
Die Vielheit wird verwirren dich. –  
So ist's bei vielen Göttern auch,  
Dich abzulenken ist ihr Brauch,  
Nur einer kann der Höchste sein  
Und ihm zu dienen lohnt allein.

Du magst es glauben oder nicht,  
Die Wahrheit diese Worte spricht. –  
Wenn mannigfalt der Berge Pracht,  
Ist's eine Sonne nur, die lacht,  
Und wenn ein Berg zum Himmel reicht,  
Er längst noch nicht dem Höchsten gleicht,  
Doch, wenn er seinen Schöpfer ehrt,  
Dann ist dies mehr als Gold wohl wert! –  
Ob nun der eine Teide heisst,  
Ob er als Matterhorn sich preist,  
Er hat zu stehen nur die Kraft,  
Weil ihn der Höchste hat erschafft. –

S. V.

Umschlagbild: Der berühmte Teide auf Teneriffa

Originalaufnahme von Ruth Vogel