

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 51 (1994)  
**Heft:** 11: Johanniskraut bringt Sonne ins Gemüt

**Vorwort:** Editorial  
**Autor:** Brunner, Ruedi

### **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:** 14.03.2025

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



# INHALT

DER NATUR AUF DER SPUR....4

## THEMA DES MONATS

Depressionen:  
Chance und Geißel des  
Gemüts .....6

## NATÜRLICH GESUND

Tips gegen Erkältungs-  
krankheiten ..... 12

## AUS DER VOLLWERTKÜCHE (6)

Grünkern .....13

## GANZHEITSKLINIKEN

Krankenhaus für  
Naturheilweisen .....14

## DIE PRAKTISCHE SEITE

IM NOVEMBER .....18

BILD DES MONATS .....19

## ANDERE HEILWEISEN

Die Entdeckung der  
Homöopathie .....20

## BIOLOGISCHER GARTENBAU

Vorbereitungen für  
den Winter .....24

## LESERREISE

Eindrücke von  
unserer Reise nach  
Osteuropa.....26

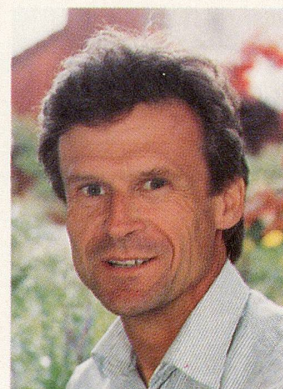
## LESERFORUM

Erfahrungsberichte  
und Selbsthilfeforum ...28

BLICK IN DIE WELT .....31

## Liebe Leserinnen, liebe Leser

Waren noch vor zehn oder zwanzig Jahren die Vegetari-  
er als jeglichen menschlichen Genüssen abholde, bleiche  
und weltfremde «Körnlipicker» verschrien, so hat sich de-  
ren Ansehen heute, gottlob, wesentlich verbessert. Seriöse  
Studien weisen nach, daß Vegetari-  
er in der Regel deutlich weniger  
Übergewicht verzeichnen, weniger  
an Herz- und Kreislaufstörungen  
leiden und deshalb eine höhere  
Lebenserwartung haben. Da sie  
außerdem im Durchschnitt ein viel  
größeres Interesse an ganzheitli-  
chen Ernährungsfragen haben, ist  
der entsprechende Kenntnisstand  
bei den Vegetariern höher - was  
sich wiederum positiv auf die Ge-  
sundheit auswirkt.



So ist denn auch der oft wiederholte, aber nie richtig  
nachgewiesene Vorwurf, Vegetari-  
er würden früher oder  
später an Mangelerscheinungen  
leiden, nicht mehr länger  
haltbar. Und in der Tat haben wir  
es heute in unserer Zivili-  
sationsgesellschaft, auch was die  
Ernährungsfolgen betrifft, fast  
nur noch mit (negativen) Überfluß-  
nicht aber mit Mangelerscheinungen  
zu tun.

Ernährungsfolgen? Ein Beispiel: Der  
suchtartige Drang nach (immer mehr)  
Fleisch verleitet die Züchter zu  
immer neuen Manipulationen, in  
der Überdüngung, in der Indus-  
triezucht, in der Überfütterung, ja  
sogar am Erbgut. Man hat sich, wie  
man spätestens seit diesem Som-  
mer weiß, sogar dazu verstiegen,  
Kühe und Rinder, also: Wiederkäuer,  
deren gesamter Organismus auf  
vegetarische Nahrung ausgerichtet  
ist, zum Kraftfuttermittelverzehr  
aus Fleisch- und Knochenmehl-  
abfällen zu zwingen! Einziges Ziel:  
die Tiere noch schneller wachsen  
zu lassen und sie damit noch  
kostengünstiger auf die Schlachtbank  
zu bringen. In den Abfällen be-  
fand sich aber der tödliche Erreger  
BSE, der sich in England ausbrei-  
tete und nun die Öffentlichkeit  
auch bei uns aufschreckte.

Was, außer Geld, bringt dieses  
wahnsinnige Geschäft mit dem  
Fleisch? An uns Konsumenten  
liegt es, mit der Auswahl unserer  
Nahrungsmittel solch tierverachtenden  
und unsere Gesundheit gefährdenden  
Methoden Einhalt zu gebieten.

Herzlichst, Ihr

*Zuedi Bunnig*