Die Reiseapotheke für alle Fälle

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **52 (1995)**

Heft 6: **Migräne : wenn der Kopf zerspringt**

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-557879

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.e-periodica.ch

Die Reiseapotheke für alle Fälle

Alfred Vogel ist oft und gern gereist, immer getragen von interessierter Neugier auf fremde Lebensformen und Kulturen. Er wußte aus eigener Erfahrung, daß man unterwegs auf Krankheitsfälle gefaßt sein muß und hatte stets eine Reiseapotheke mit seinen wichtigsten Naturheilmitteln zur Hand.

Statistiken behaupten, jeder zweite werde im Urlaub krank. Die fremde Umgebung, die ungewohnte Nahrung, ein neues Klima – alles spielt eine Rolle, wenn der Körper anders reagiert als gewohnt. An der Spitze der Hitliste der Urlaubserkrankungen stehen Verdauungsstörungen und Atemweginfektionen. In vielen Fällen handelt es sich glücklicherweise nicht um richtige Krankheiten, sondern um Unpäßlichkeiten oder kleinere Verletzungen, die zwar unangenehm oder hinderlich sind, mit der richtigen Reiseapotheke aber oft schnell geheilt werden können. Wenn Sie Ihre persönlichen Medikamente und eine Notausrüstung dabeihaben, ersparen Sie sich im Ausland lange Wege, Erklärungen in einer fremden Sprache, unvorhergesehene Ausgaben und Experimente mit Heilmitteln, die Sie nicht kennen.

Die häufigsten Krankheiten auf Reisen – und was man dagegen tun kann:

Durchfall Diarrhöe

Auslöser sind oft Kolibakterien oder Salmonellen, Viren, Amöben. Mit den Frischpflanzentropfen Tormentavena (in D nicht erhältlich) behandeln Sie Durchfälle und Darmkatarrh. Außerdem: viel Flüssigkeit trinken, am besten ein Zucker-Salz-Gemisch (1 Teelöffel Salz auf 10 TL Zucker mit 1 Liter stillem Mineralwasser) und Bananen oder Melonen gegen allfälligen Kaliumverlust. (Bei längeren Beschwerden unbedingt den Arzt aufsuchen.)

Verstopfung Blähungen Völlegefühl

Ungewohnte Nahrung, andere Fette, fremde Gewürze sind oft sehr schmackhaft, schlagen aber manchmal auf den Magen. Das pflanzliche Abführmittel Linoforce sorgt zusammen mit viel Flüssigkeit für eine Regulierung der Darmtätigkeit. Das Frischpflanzenpräparat Gastrosan (in D nicht erhältlich) deckt eine breite Palette von Magen-Darmstörungen ab. Auch Papaya-Fruchttabletten (in D: Papayaforce) sind gerade unterwegs sehr angenehm, weil sie die Verdauung auf sanfte Weise fördern.

Erkältung Heiserkeit

Gerade in heißen Ländern sind starke Temperaturschwankungen (Klimaanlagen, Eis-Getränke) oft kaum zu umgehen. Manchmal sprürt man dann ein Kratzen im Hals oder ein Kribbeln in der Nase. Mit Echinaforce gegen Erkältungserscheinungen, Bio-C-Lutschtabletten und Usneasan-Lutschtabletten (in D: Usnetten-) bei Husten und Heiserkeit schafft man Abhilfe.

Reisefieber
Nervosität
Schlaflosigkeit

Mit Hyperiforce, dem rein pflanzlichen Mittel aus Johanniskraut, Hopfen und Melisse, bekommen Sie diese Beschwerden recht gut in den Griff. Das Reaktionsvermögen wird nicht beeinträchtigt, so daß auch Autofahrer ohne Bedenken Hyperiforce (in D: Hypericum perf. Urtinktur) nehmen können. Bei nächtlicher Schlaflosigkeit ist Dormeasan vorzuziehen.

Schnitt- und Schürfwunden
Kleine Verletzungen

Echinaforce-Tropfen, äußerlich angewandt und etwas verdünnt, lassen kleine Wunden schnell abheilen. Bei Eiterentwicklung, Abszessen oder stärkeren Ausschlägen zusätzlich Echinaforce einnehmen. Bei Insektenstichen Molkosan auftupfen.

Verstauchungen
Prellungen
Blutergüsse

Zwei- bis dreimal täglich die betroffenen Stellen (nur wenn die Haut intakt ist) mit Symphosan einreiben, eventuell mit einer elastischen Binde Halt geben. Leichtere Brandverletzungen werden am besten mit kaltem Wasser gekühlt.

Fußpilz

Molkosan und Spilanthes im täglichen Wechsel mit Hilfe von getränkten Wattebäuschen auftragen. Bioforce-Crème zusätzlich einreiben.

Sonnenschutz

Zu Hause vorbeugend täglich Biocarottin Instant einnehmen und diese gute Angewohnheit in den Ferien fortsetzen. Multivitaminkapseln (nicht in D) von A.Vogel mit den Vitaminen A, C, D und E vervollständigen den Hautschutz. Trotzdem Sonnencrème nicht vergessen.

Ohrenschmerzen

Kinder schwimmen und tauchen gern und kriegen oft nicht genug davon. Nicht selten klagen sie dann abends über Ohrenschmerzen, besonders wenn das Wasser gechlort war. Einen mit erwärmtem Johannisöl getränkten Wattebausch in jedes Ohr legen.

CHECK-LISTE

A.Vogel Produkte:

- ☐ Bio-C-Lutschtabletten
- ☐ Biocarottin Instant
- ☐ Dormeasan
- ☐ Echinaforce
- ☐ Gastrosan
- ☐ Hyperiforce
- ☐ Johannisöl
- ☐ Linoforce
- ☐ Molkosan
- ☐ Multivitaminkapseln
- ☐ Papaya-Fruchttabl./ Papayaforce
- ☐ Spilanthes
- ☐ Symphosan
- ☐ Tormentavena
- ☐ Usneasan-/Usnetten-Hals- und -Hustenpastillen

Allgemeines:

- ☐ Fieberthermometer
- ☐ Wunddesinfektionsmittel
- ☐ Gazebinden, elastische Binden
- ☐ Heftpflaster, Watte
- ☐ Schere, Pinzette, Dreiecktuch