

# Treff & Talk

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **64 (2007)**

Heft 12: **Depression : Wege aus dem Tief**

PDF erstellt am: **17.07.2024**

## **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.

# Treff & Talk

Mitmachen • mitteilen • mitgestalten:

Das A.Vogel Gesundheitsforum • Das Leserforum mit seiner Fotogalerie • A. Vogel AktivClub • Leserbriefe • Infos extra

## Das A.Vogel Gesundheitsforum

### Lukas Herzig verabschiedet sich

Man schrieb das Jahr 1976, als ich bei der Firma A.Vogel/Bioforce das ganze Sortiment der A.Vogel Frischpflanzenpräparate eingehend kennenlernte. Bald danach konnte ich als Kundenberater bei Apotheken, Drogerien, Kur- und Reformhäusern meine neuerworbenen Kenntnisse einsetzen.

Glücklicherweise war Alfred Vogel zu dieser Zeit noch sehr aktiv. Dadurch wurde mir ein einzigartiges Vorrecht zuteil: Ich durfte ihn begleiten und seine menschlichen und ethischen Qualitäten schätzen lernen.

Alfred Vogel schärfte meinen Sinn dafür, dass jeder Mensch ein einzigartiges Wunderwerk ist, eine Ganzheit, deren einzelne Facetten in gegenseitiger Abhängigkeit harmonisch zusammenwirken. Den natürlichen Prinzipien nachzuleben ist viel mehr als eine Technik. Es erfordert eine innere Haltung, die geprägt ist von tiefgehendem Verständnis sowie Achtung und Mitgefühl für unsere Natur. Auch Alfred Vogels ungebrochene Begeisterung für die kleinste Pflanze, das winzigste Blümchen war für mich so faszinierend, dass sie mich immer begleitete.

Natürlich hat sich in 31 Jahren auch vie-

les verändert und liebgewordene Produkte wurden eingestellt. Doch die A.Vogel-Kompetenz, d.h. «Frischpflanzen und Qualität», stand auch bei jeder Neuentwicklung im Vordergrund.

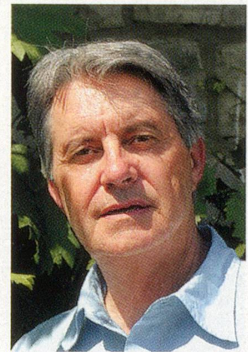
Vor sechs Jahren übernahm ich die neue Aufgabe, unsere GN-Leserschaft am Telefon des Gesundheitsforums auf bestmögliche Art zu beraten, und so manches Mal gelang der Brückenschlag zwischen dem überlieferten Erfahrungsgut der Pflanzenheilkunde und neuen Methoden.

Jederzeit schätzte ich diese Gespräche und das, was mir anvertraut wurde. Es entstanden Begegnungen und Kontakte, die mein Leben bereichert haben. Nun ist es Zeit für mich, in einen neuen Lebensabschnitt einzutauchen – und weiterhin für Neues und Schönes offen zu sein.

Den Leserinnen und Lesern der GN wünsche ich einen erfolgreichen Weg zur besseren Gesundheit. Ratsuchende werden weiterhin durch ein starkes Team, das die Prinzipien von Alfred Vogel respektiert, betreut.

Ich wünsche allen eine spannende Zukunft, Gelingen und viele erfreuliche Momente.

Ihr Lukas Herzig



In dieser Rubrik begegnen Sie den Expertinnen und Experten am Telefon des Gesundheitsforums – dieses Mal nimmt Lukas Herzig Abschied.

#### Unser Service: das Gesundheitstelefon

Telefon 071 335 66 00, vom Ausland 0041 71 335 66 00.

Bei Fragen rund um das Thema Gesundheit und Naturheilkunde berät unser Expertenteam GN-Leserinnen und -Leser gratis:

Mo., Di., Do. und Fr. von 8.00 bis 12.00 und 13.30 bis 17.00 Uhr.





Leserforum-Galerie  
«Kleine  
Krabbeltiere»

Helene Künzle:  
Gestatten, Zaun-  
eidechse Otto.

## Das Leserforum

### Erfahrungsberichte

#### Fieberbläschen an den Lippen

Der dreizehnjährige Enkel von Frau E. P. aus Basel leidet immer wieder an Fieberbläschen. Sie bat das Leserforum um Rat und Informationen.

«Der Unterschied zwischen Herpes und wahrer Liebe ist, dass Herpes bleibt», zitiert Dr. med. H.-K. W. aus Grenzachwyhlen scherzhaft den Volksmund. «Herpes ist eine hartnäckige Sache. Die Herpesviren ziehen sich entlang dem Nervensystem zurück und «schlafen», bis die Abwehrlage wieder schlecht wird. Dann kommen sie wieder.

Man kann sie bekämpfen, indem man die Bläschen mehrmals täglich mit unverdünnter Myrrhentinktur auf einem Wattestäbchen abtupft. Dies bringt in der Regel Linderung. Myrrhentinktur ist wirksam gegen Pilze, Viren und Bakterien (auch Anaerobier).»

«Bei einem Kuraufenthalt empfahl mir

der Arzt, die Fieberbläschen mit Echinaforce-Tropfen von A.Vogel zu betupfen», teilt Frau E. S. aus Petit-Lancy mit. «Am Anfang sollte ich dies alle zwei Stunden tun. Die Fieberbläschen heilten schneller, wurden immer seltener und blieben dann aus. Am besten beim allerersten Anzeichen gleich anwenden.»

Ganz ähnliche Erfahrungen machte Frau E. G. aus Ossingen, die den gleichen Rat vor Jahren in den «Gesundheits-Nachrichten» las. «Ich habe den Echinaforce-Tipp schon oft weitergegeben und hoffe sehr, dass ich dem jungen Mann damit helfen kann.»

«Ich habe auch immer wieder Fieberbläschen», schreibt Herr F. J. per E-Mail. «Mir helfen oft recht gut, aber auch nicht immer, Herpes Simplex Globuli von Similasan und das Betupfen der befallenen Stellen mit Akelei-Urtinktur von der Hildegard-Drogerie Basel. Wichtig ist, dass

man bei den ersten Anzeichen sofort mit der Behandlung beginnt und nach Abklingen noch eine Weile fortfährt.»

«Mir hilft am besten die Schüsslersalz-Salbe Nr. 8, Natrium chloratum», schreibt Frau U. S. aus Zürich. «Sofort und immer wieder auftragen. Manchmal kann sie die Bläschen ganz verhindern, zumindest heilen sie schneller.»

«L-Lysin von Burgerstein» lautet der Rat-schlag von Frau M. E. aus Kloten. «Sobald man etwas spürt, sofort zwei Kapseln schlucken, danach zweimal täglich eine Kapsel, bis es wieder gut ist. Das hat schon vielen geholfen.»

Eine weitere Empfehlung kommt von Frau H. S. aus Basel. «Ich verwende Omidalin Wundtinktur, ein homöopathisches Mittel. Nun habe ich nur noch ganz selten Anzeichen von Fieberbläschen.»

### Mundgeruch

Wegen eines Mundgeruches ungeklärter Ursache wandte sich Herr E. S. aus Thun an die GN-Leser.

«Ich weiss natürlich nicht, welche dieser Ratschläge Sie schon befolgen», meint Frau S. B. aus Fontainebleau in Südafrika. «Man sollte die Zähne auch mit Zahnseide reinigen und den Mund mit einem guten, natürlichen Mundwasser spülen. Morgens sollte man die Zunge mit einem speziellen Zungenschaber reinigen, denn alle Menschen haben einen Zungenbe-lag aus einer Bakterien-schicht.

Vielleicht trinken Sie auch nicht genug Wasser? Mundgeruch kann auch entstehen, wenn die Mundschleimhaut zu wenig Speichelflüssigkeit produziert und der Mund trocken ist.»

Die Zungenreinigung empfiehlt auch Herr J. O. aus Wettingen. «Ich hatte das gleiche Problem. Nun putze ich, nach Ayurveda-Vorbild, jeden Morgen meine Zunge!»

«Ich möchte raten, es einmal mit «Blattgrün-Tabletten» aus der Apotheke oder

Drogerie zu versuchen», empfiehlt Frau I. S. aus Liebefeld.

«Bei mir handelte es sich um eine Übersäuerung durch falsche Ernährung», schreibt Frau M. B. per Mail. «Mein Heilpraktiker hat mir Alkala N verschrieben. Ein Vierteljahr lang täglich einen Messlöffel in einem Glas Wasser auflösen und schluckweise trinken. Seitdem bin ich das Übel los.»

Eine Verdauungsschwäche war die Ursache für Mundgeruch bei Frau K. R. aus Urtenen. «Der Arzt verschrieb mir Enzyme, die man rezeptfrei in Drogerien und Apotheken bekommt. Danach hatte ich viele Jahre Ruhe. Als ich so um die fünfzig wurde, trat der üble Mundgeruch wieder auf. Seitdem ich wiederum regelmässig Enzyme und Jogurt-drinks mit LCC und Folsäure nehme, haben sich meine Beschwerden schlagartig gebessert.»

### Schwindel und Augendruck

Frau F. N. aus Köstenberg/Österreich suchte Rat für die Mutter ihres Lebensgefährten. Die bislang lebenslustige Dame leidet unter Schwindel, beidseitigen Ohrgeräuschen und Augendruck.

### Trockener Mund und belegte Zunge

Bei der Tochter von Frau A. A. aus Grossbottwar traten recht plötzlich Probleme wie ein trockener Mund, belegte Zunge und ständiger Durst auf.

Zu diesen beiden Anfragen sind bis Redaktionsschluss leider noch keine Antworten eingetroffen.

In der Rubrik «Leserforum» veröffentlichen wir persönliche Erfahrungsberichte. Nicht immer sind sie in gleicher Weise auf andere Personen anzuwenden. Beanspruchen Sie daher in Zweifelsfällen stets fachlichen Rat.



**Leserforum-Galerie**  
«Kleine  
Krabbeltiere»

Rosmarie Suter-Frei:  
Um den australischen  
Dornenteufel in die  
Hand zu nehmen,  
braucht man schon  
ein wenig Mut.

## Neue Anfragen

### Behandlung von Parapsoriasis

«Meine Frau (67) leidet an Parapsoriasis en Plaque», schreibt Herr W. N. aus Molfsee. «Der Arzt hat ihr eine PUVA-Therapie empfohlen. Dabei wird die Haut mit einer photosensibilisierenden Substanz (Meladinin) vorbehandelt und anschliessend mit UV-A-Licht bestrahlt.

In Beschreibungen im Internet heisst es, PUVA-Behandlungen seien mit Vorsicht und daher immer unter Aufsicht eines Arztes durchzuführen. Hat jemand Erfahrung mit der PUVA-Therapie? Wie wirkungsvoll ist die Anwendung? Gibt es Langzeitprobleme? Ich bin auch gerne bereit, über die Erfahrungen meiner Frau zu berichten, falls sie sich zu der Therapie entschliesst.»

(Der Begriff Parapsoriasis steht für eine Gruppe von Hauterkrankungen, die in ihrem Erscheinungsbild einer Schuppenflechte ähneln, aber ursächlich nicht zur Psoriasis gehören, d. Red.)

### Taube Unterlippe nach Reflux

Herr P. T. aus Heilbronn wurde 2005 wegen Refluxbeschwerden operiert. «Der Reflux tritt noch auf, aber nicht

mehr in dem Masse wie zuvor. Geblieben ist das Gefühl einer verbrannten Zungenspitze. Dazu kommt nun aber, dass meine Unterlippe wie Ameisenlauf kribbelt, verbunden mit einem Taubheitsgefühl. Im Liegen verstärken sich die Symptome. Gerne hätte ich einen Rat aus Ihrer Leserschaft.»

### Schwere Muskelschwäche

«Bei meiner Frau wurde Myasthenia gravis diagnostiziert. Sie bekommt das Medikament Mestinon. Wir wären sehr dankbar für Hinweise auf weitere Therapien», fragt Herr Dr. med. vet. H. S. aus Andeer an.

(Bei Myasthenia gravis = schwere Muskelschwäche, einer neurologischen Autoimmunerkrankung, treten belastungsabhängige Muskelschwächen, Muskellähmungen und schnelle Ermüdbarkeit bei wiederholten Bewegungen auf, d. Red.)

## Briefe an die Redaktion:

Gesundheits-  
Nachrichten  
Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
E-Mail:  
c.rawer@verlag-  
avogel.ch

Können Sie helfen? Wissen Sie einen guten Rat? Schreiben Sie an:  
Gesundheits-Nachrichten  
Leserforum  
Postfach 43, CH 9053 Teufen  
E-Mail: info@gesundheitsforum.ch

# Jahresabo verschenken, Geld sparen und Wellness gewinnen!

Schenken Sie Bekannten, Kollegen, Freunden und Familie Gesundheit und profitieren Sie gleich doppelt! Nur bis Ende Dezember 2007 kostet das Geschenkabonnement der «Gesundheits-Nachrichten» 5 Franken oder 3 Euro weniger. Und Sie können mit Ihrer Bestellkarte eines von vier verlockenden Wohlfühl-Wochenenden gewinnen!

## Hotel Zurzacherhof, Bad Zurzach



Im bekannten Bad Zurzach am Rhein liegt eines der grössten Freiluftthermalbäder der Schweiz. Der traditionsreiche «Zurzacherhof» mit hauseigenem Therapiezentrum, gleich oberhalb der Thermalbäder gelegen, verspricht mit seiner ungezwungenen Atmosphäre erholsame Kur- und Ferientage.

### Der Verlosungspreis umfasst:

Ein Gesundheitswochenende für zwei Personen im Doppelzimmer. Dazu gehören zwei Übernachtungen inkl. Halbpension (Mittag oder Abend), Service, Taxen und MwSt. sowie zwei Eintritte ins öffentliche Thermalbad, im Wert von **CHF 550.-/Euro 335.-**

Hotel Zurzacherhof, Dr. Martin Erb-Str. 5  
CH-5330 Bad Zurzach  
Tel. (0041) (0)56 269 77 77  
Internet: [www.zurzacherhof.ch](http://www.zurzacherhof.ch)

## Kur- und Ferienhaus Volksheilbad Leukerbad

Mitten im Bäder-Dorf Leukerbad sind Sie herzlich willkommen im Kur- und Ferienhaus Volksheilbad. Täglich frisches Thermalwasser, familiäre Atmosphäre, modernes Therapie- und Wellnessangebot und das hauseigene, naturreine Thermalbad (37 °C) bieten Erholung für Körper, Geist und Seele.

### Der Verlosungspreis umfasst:

Ein Gesundheitswochenende im Doppelzimmer für zwei Personen mit zwei Übernachtungen inkl. Frühstück, pro Person 25 Minuten Massage nach Wahl, freier Eintritt ins hauseigene Thermalbad, im Wert von **CHF 500.-/Euro 305.-**

Kur- und Ferienhaus Volksheilbad  
CH-3954 Leukerbad  
Tel. (0041) (0)27 472 21 00  
Internet: [www.volksheilbad.ch](http://www.volksheilbad.ch)



Wohlbe finden Schweiz  
Bien-être Suisse

Diese beiden Preise wurden zur Verfügung gestellt von «Wohlbe finden Schweiz»  
Internet: [www.wohlbe finden.com](http://www.wohlbe finden.com)

Weitere Preise auf der nächsten Seite!

### Kur- und Sporthotel Concordia, Oberstaufen (D)



Kur- und Sporthotel Concordia, In Pflanzen 8,  
DE-87534 Oberstaufen  
Tel. (0049) (0) 8386 48 4-0  
Internet: [www.concordia-hotel.de](http://www.concordia-hotel.de)

Ein familiär geführtes First-Class-Wellness Hotel mit Badelandschaft, Sauna, Aroma-Dampfbad mit Farblicht, Kräuterschwitzstube, Erlebnisduschen, Tee- und Trinkwassertheke, Ruheraum, Sonnenterrasse, Beauty- und Spa-Center für «Sie & Ihn», Thalasso-Therapie, Ayurveda, Hot-Stone-Massagen und mehr.

#### Der Verlosungspreis umfasst:

Zwei Übernachtungen in einem schönen Doppelzimmer inklusive reichhaltigem Frühstücksbuffet sowie einem Begrüßungsdrink pro Person, im Wert von Euro 320.-/CHF 525.-

### Kneipp- & Vital-Hotel Röther, Überlingen (D)



Kneipp- & Vital-Hotel Röther  
Uhlandstrasse 2, DE-88662 Überlingen  
Tel. (0049) (0)7551 92 240  
Internet: [www.bodenseekur.ch](http://www.bodenseekur.ch)

Neben der klassischen Kneippkur und Heilfastenkuren führt das Kneipp- & Vital-Hotel Röther auch Jentschura's Basenkur Regenata® durch sowie Colon-Hydro-Therapie, Akupunktur, Massagen aller Art, Lymphdrainagen und Cranio-Sakral-Therapie.

#### Der Verlosungspreis umfasst:

Eine Übernachtung für zwei Personen im Doppelzimmer zur Südseite mit Balkon, Seeblick, Bad mit Dusche und WC, ein reichhaltiges (Vollwert-)Frühstücksbuffet, Vitalbar, Vitalbereich mit Sauna, Dampfbad und Farblichtbad, im Wert von Euro 120.-/CHF 200.-



**Und so geht's:**  
**Bestellkarte**  
**am Heftende aus-**  
**füllen**  
**und sofort**  
**abschicken!**