

Beratung

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **67 (2010)**

Heft 3: **Kleine Outdoor-Apotheke**

PDF erstellt am: **26.09.2024**

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.



**Hallo
Gesundheitstelefon!
+41 (0)71 335 66 00**

Das Team



Heilpraktikerin
Gabriela Hug



Apothekerin
Ingrid Langer

sind an folgenden
Tagen gerne für Sie da:

Mo/Di/Do:
8 bis 12 und von
13.30 bis 16 Uhr.
Fr: 13.30 bis 16 Uhr.

Bei Fragen rund um das Thema
Gesundheit und Naturheilkunde
berät unser Expertenteam Abon-
nentinnen und Abonnenten der
GN gratis.

Nachgefragt: Hautpilz

*Ich habe im «Kleinen Doktor» ge-
lesen, dass Molkekonzentrat gut
bei Hautpilz ist. Soll ich ihn auf
die betroffenen Stellen (weisse
Flecken am Rücken) auftragen
oder ein Bad nehmen? Es juckt
mich am ganzen Körper.*

Cornelia

GABRIELA HUG:

Sie können beides tun: Die Haut-
stellen mit verdünntem Molkosan
betupfen und danach mit einer
Crème oder auch Oliven- oder
Weizenkeimöl einreiben. Beim
Baden verwenden Sie eine Tasse
Molkekonzentrat auf eine Bade-
wannenfüllung; danach die Haut
ebenfalls ein wenig mit Olivenöl
einreiben.

Hilfreich ist auch, vier bis fünf Ess-
löffel Molkekonzentrat mit einem
Liter Wasser oder abgekühltem
Brennnesseltee zu mischen und
über den Tag verteilt zu trinken.

Hautjucken kann übrigens unter-
schiedliche Ursachen haben, z.B.
Nervosität, eine schlechte Nieren-
funktion und Leberausscheidung
oder ähnliches. Es ist daher güns-
tig, die Ausscheidungsorgane et-
was anzuregen, z.B. mit einer
Teekur.

Ausgewogene Ernährung mit viel
frischem Gemüse und Obst hilft
ebenfalls.



Versuchen Sie, bis zur Ausheilung
in Fett Gebackenes sowie in Fett
Gebratenes zu meiden. Auch Sa-
late sollten Sie nur mit ein wenig
Olivenöl anmachen und haupt-
sächlich Bittersalate und -gemüse
wie Rucola, Löwenzahn, Radicchio
und Artischocke verwenden.