Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 69 (2012)

Heft: 3: Vom Glück, zu sprechen

Rubrik: Leserforum

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

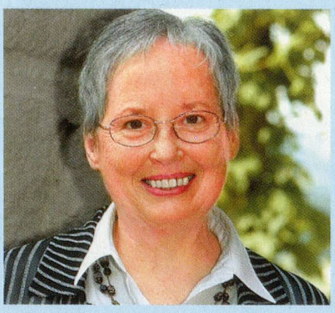
ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Das Leserforum

Hallo Gesundheitstelefon!
071 335 66 00
aus Deutschland und Österreich:
0041 71 335 66 00

Das Team:

Heilpraktikerin Gabriela Hug



Apothekerin Ingrid Langer (in Vertretung)

sind an folgenden Tagen gerne für Sie da:
Mo/Di/Do: 8.00 bis 12.00 Uhr und von 13.30 bis 16.00 Uhr

Bei Fragen rund um das Thema Gesundheit und Naturheilkunde berät unser Expertenteam Abonnentinnen und Abonnenten der GN **gratis**.

Asthma

Frau H. B. aus Lüchingen leidet unter Asthma. Medikamente erleichtern ihren Zustand wenig. Sie bittet um Rat und Erfahrungen von anderen Betroffenen.

Aus eigener Erfahrung berichtet Herr M. E. aus Graben-Neudorf über eine Behandlung mit klassischer Homöopathie. «Diese kann sehr erfolgversprechend sein. Wenden Sie sich dazu an einen Arzt mit der entsprechenden Zusatzbezeichnung.»

Frau H. C. aus Genf empfiehlt telefonisch eine Atemtherapie sowie den Aufenthalt in einem Reizklima. «Eine Atemtherapie hilft dabei, die Atmung zu verbessern und bewusst mit ihr umzugehen. Am Meer oder in den Bergen enthält die Luft weniger Allergene als anderswo. Meeresluft hat einen erhöhten Feuchtigkeits- und Salzgehalt und löst den Schleim in den Atemwegen.»

An die Ernährung denkt Frau D. J. aus Romoos.
«Ich habe zwar nur selten eine asthmoide Atmung, doch hing sie stets mit dem Essen zusammen. Nun versuche ich, vom tierischen auf pflanzliches Eiweiss zu wechseln – das heisst, kein Fleisch und möglichst wenig Milchprodukte. Seitdem bin ich beschwerdefrei. Ich wünsche Ihnen Mut zum Ausprobieren!»

Herr H. G. W. aus Freudenberg schreibt: «Die Schulmedizin konnte auch mir nicht helfen. Asthma beschreibt einen sehr ausgedehnten Symptomkomplex, dessen Ursache unbedingt als Voraussetzung für eine Besserung oder Heilung gefunden werden muss. Mir half z.B. Fasten: Nach einer Woche war ich immer beschwerdefrei.
Ein erfahrener Therapeut, der auf eine zehnjährige Erfahrung in Elektroakupunktur, Bioresonanz und Zappen nach Dr. Clark (ähnlich dem etablierten TENS-Verfahren, d. Red.) zurückgreifen konnte, brachte mich auf den richtigen Weg. Nahrungsmittel wurden auf Verträglichkeit getestet. Ergebnis: Milchunverträglichkeit; tierisches Eiweiss belastet. Süssrahmbutter, Sahne und Frischkornmüesli bekommen mir gut. Also: Vollwertkost nach A. Vogel.
Ich vertrage auch nur schadstofffreie Textilien; kein Polyester, kein Spannbetttuch. Auf diese Thematik wurde bereits in den GN hingewiesen (vgl. GN 11/2010, d. Red.).
Heute bin ich, 72 Jahre alt, nach acht Jahren ohne jede Medizin beschwerdefrei.»

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.

Sehnenscheiden-entzündung

Frau A. W. aus Freiburg hat sich eine schmerzhafte Sehnenscheidenentzündung am Handgelenk zugezogen. Nach anfänglich erfolgreicher Behandlung kehren nun aber Entzündung und Schmerzen immer wieder.

Frau M. H. aus Niedereschach schwört auf Arnika: «Mit täglichen Arnikawickeln besserte sich eine Sehnenscheidenentzündung bei meiner Nichte. Zuvor hatte sie etliche Male den Arm eingegipst, das half aber nichts.
Tauchen Sie eine Stoffwindel oder ähnliches in lauwarmes Wasser mit einem Schuss Arnikatinktur und legen Sie diese als Umschlag auf das Gelenk. Damit der Alkohol in der Tinktur die Haut nicht austrocknet, diese vorher z.B. mit Olivenöl einreiben.»

Das Gesundheitsforum ergänzt dazu: Arnika ist bei solchen Beschwerden sehr hilfreich. Hier ist natürlich auch die Anwendung von A.Vogel-Rheumagel, einem Frischpflanzen-Präparat aus Arnikablüten mit entzündungshemmender Wirkung, empfehlenswert.

Mit Umschlägen und Arnikaanwendungen kennt sich auch Frau E. K. aus Alsheim aus. «Bei Sehnenscheiden- oder anderen Entzündungen haben wir schon mehr als 30 Jahre sehr gute Erfolge mit ‹Luvos Heilerde› äusserlich. Man macht täglich mehrmals oder auch über Nacht einen Umschlag. Danach reibt man die Haut mit dem wohltuenden Arnika-Massageöl von Weleda ein. Man spürt schnell Linderung. Auch wenn es nicht mehr weh tut, noch einige Tage Umschläge machen und weiterhin mit dem Öl einreiben.»

Auch Bockshornklee ist ein natürliches Mittel gegen schmerzhafte Entzündungen.
«Sowohl persönlich als auch als Physiotherapeutin habe ich mit Bockshornkleepulver sehr gute Er-

Leserforum-Galerie «Sport, Spiel und Spass»: Sandra Klee schickte uns dieses charmante Spiel-Kunstwerk. «Das ‹Schneckentürmchen› hat mein 5-jähriger Sohn ‹zusammengebaut›. Nach einem lauen Sommerregen sammelt er die Schnecken gerne ein, betrachtet sie eine Weile und setzt sie wieder zurück in die Natur.»

fahrungen gemacht», schreibt Frau E. H. aus Guarda.
«Zwei Esslöffel Bockshornkleepulver (Drogerie/Apotheke) werden mit kaltem Wasser zu einem Brei gerührt. Einen Teelöffel Johannis- oder Salatöl zugeben. Das Gelenk über Nacht einbinden.»

«Wir haben in der Familie einen Tennisarm und ein Ganglion im Fussgelenk mit Schwedenbitter-Umschlägen innerhalb von zwei Wochen geheilt», berichtet Frau H. S. aus Berlin.
«Schwedenbitter ist in Apotheken und Kräuterhäusern erhältlich. Die Stelle mit Ringelblumensalbe einfetten, ein Küchenpapier oder Watte mit der alkoholhaltigen Essenz tränken und auf die zu behandelnde Stelle legen. Dann diese mit Küchenfolie und einem wärmenden Tuch umwickeln. Man kann diesen Umschlag gut über Nacht einwirken lassen.»

Auf Kieselsäure setzt Frau R. C. aus Bettlach. «Wie die Erfahrung zeigt, kann diese Entzündungen beheben. Hier haben sich Daumen- und Venenmanschetten aus Ur-Dinkelspreu sehr bewährt.»

Frau S. F. aus Zweisimmen litt kürzlich unter einer schmerzhaften Sehnenscheidenentzündung am Unterschenkel. «Der Arzt verschrieb mir eine Behandlung beim Physiotherapeuten, welche leider nicht die erwartete Besserung brachte.
Im Dr. Schüssler-Buch entdeckte ich den Hinweis, dass das Schüssler-Salz Nr. 4 (Kalium chloratum) Abhilfe schaffen könnte. So liess ich jeden Tag dreimal zwei Tabletten Kalium chloratum langsam im Munde zergehen und machte einen Salbenverband mit der Salbe Nr. 4. Nach zirka drei Wochen waren die Schmerzen verschwunden. Nun bin ich schon viele Monate schmerzfrei und kann mich wieder sportlich betätigen.»

Leserforum-Galerie «Sport, Spiel und Spass»: Barbara Rüesch: «Nach einem schweisstreibenden Aufstieg erreichten wir den schön gelegenen Jablan-See im Durmitor-Nationalpark, Montenegro. Das Plätzchen erschien uns noch idyllischer und einzigartig, nachdem wir entdeckten, dass der See die Form eines Herzens hat. Schön, was die Natur für Formen hervorbringen kann.»

Fibromatose

Der Mann von Frau S. K. aus Ostermundigen leidet unter einer Fibromatose, einer Bindegewebswucherung, die sehr schnell und aggressiv wächst. Frau K. bat die Leserinnen und Leser um ihre Erfahrungen mit dieser Erkrankung.

Zu dieser Anfrage sind bis Redaktionsschluss leider keine Erfahrungsberichte eingetroffen.

Dünnes Haar

Frau E. B. aus Mannheim suchte Tipps und Ratschläge, da ihr Haar nach den Wechseljahren dünner wird.

Frau P. aus Dortmund empfiehlt telefonisch das Haartonikum «My Dok». «Ich habe dieses Mittel ein halbes Jahr lang morgens und abends eingerieben. Mein Friseur war begeistert über die neue Festigkeit meiner Haare – ich bin über siebzig.»
(Anm. d. Red.: Das Haartonikum enthält die Aminosäure Arginin. Eine Studie der Universität Magdeburg bestätigt, dass durch das Haarwuchsmittel ein analytisch feststellbarer Effekt am Haar erzielt werden kann.)

«Mir haben die Tipps im Buch ‹Alles klar mit Haut und Haar› geholfen», berichtet Herr H. G. W. aus Freudenberg. «Es ist im emu-Verlag Lahnstein erschienen.»

«Nach einer Eisenarmut habe ich sehr viele Haare verloren», schildert Frau M. H. aus Niedereschach. «Ich habe sie mehrere Male mit dem ersten Morgenurin gewaschen. Ausserdem ging ich jeden Monat an Tagen zum Friseur, die nach dem Mondkalender dafür empfohlen werden. Plötzlich gingen die Haare nicht mehr so schlimm aus – und heute sind sie wieder gut.»

Sich beim Haareschneiden nach dem Mondkalender zu richten, empfiehlt auch Frau E. K. aus Alsheim. «Siehe Buch ‹Vom richtigen Zeitpunkt› von Johanna Paungger und Thomas Poppe.»

Neue Anfragen

Brustschmerzen

«Bei meiner elfeinhalbjährigen Tochter machen sich die Entwicklungshormone bemerkbar», beobachtet Frau K. G. aus Bad Ragaz. «Einige Monate war ihre linke Brust sehr berührungsempfindlich, verbunden mit einem starken Spannungsgefühl. Jetzt haben die Beschwerden auf die rechte Seite gewechselt. Wer weiss Rat für uns?»

Osteoporose

«Bei mir wurde Knochenschwund festgestellt», schreibt Frau F. H. aus Winterthur. «Der Arzt empfiehlt mir die Einnahme von Tabletten oder die Verabreichung einer Spritze alle drei Monate.
Durch einen Zeitungsbericht wurde ich auf das homöopathische Mittel ‹Vermiculite D6› aufmerksam (die homöopathische Verdünnung eines siliziumhaltigen Minerals, d. Red.).
Wer von den Lesern hat Erfahrung mit Vermiculite D6? Und wer kann mir mitteilen, wie die Tabletten und Spritzen vertragen werden, die der Arzt empfiehlt, und welche Nebenwirkungen auftreten können?»

Nierensteine

Frau H. S. aus Heilbronn stellt ihre Anfrage ans Leserforum für ihre 20-jährige Enkelin.
«Sie hat seit etwa vier Jahren immer wieder Nierenkoliken mit Nierensteinbildung; es handelt sich um Oxalsteine. Sie war nun schon mehrere Male im Krankenhaus.
Sie leidet oft unter starken Schmerzen; in ihrer Ausbildung zur Zahntechnikerin hat sie dadurch öfters Fehltage. Dies alles belastet sie sehr. Ihr behandelnder Urologe meint, sie müsste damit leben.
Vielleicht hat jemand mit einer bestimmten Behandlung gute Erfahrungen gemacht? Über eine hilfreiche Nachricht würden meine Enkelin und ich uns sehr freuen.»

Erfahrungsberichte

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