Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 69 (2012)

Heft: 10: Wechseljahre : cool bleiben mit Salbei

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: 13.07.2025

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

Das Leserforum

Nagelpilz

Nach der erfolgreichen Behandlung eines Nagelpilzes stört Frau S. S. aus Grenchen, dass der betroffene Nagel noch nicht normal nachwächst. Sie erbat Tipps aus der Leserschaft.

«Das kann daran liegen, dass der Pilz noch nicht wirklich erfolgreich abgetötet ist», vermutet Frau C. V. aus Waiblingen.
«Hat der Pilz nämlich das Nagelbett befallen, wird auch der sich neu bildende Nagel sofort angesteckt. Das heisst, man sollte die Behandlung längere Zeit weiterführen und muss einige Geduld haben, bis ein gesunder Nagel nachgewachsen ist.»

Eine ähnliche Vermutung hat Frau B. C. aus Zürich.
«Ich würde den befallenen Nagel, auch wenn er jetzt ausgeheilt erscheint, mit Molkosan von A.Vogel noch einige Zeit nachbehandeln. Wichtig ist dabei, dass man das völlige Austrocknen verhindert. Also Molkosan unverdünnt auftragen, einwirken lassen und dann den Nagel mit einer guten Fettcreme einfetten. Wenn man dies vor dem Zubettgehen macht, kann man zum Schutz eine Baumwollsocke oder einen Baumwollhandschuh überziehen. Diese sollten aber täglich gewechselt werden.»

Das Gesundheitsforum ergänzt: Bis der gesamte befallene Nagel herausgewachsen ist, kann es bis zu sechs Monate dauern, in hartnäckigen Fällen (vor allem am grossen Zeh) bis zu einem Jahr. Das Nagelwachstum hängt unter anderem von der Stärke des Befalls und vom Lebensalter ab.

«Ich bin wegen meines Nagelpilzes an den Fussnägeln zur Kinesiologin gegangen», schildert Frau S. H. aus Diepoldsau ihre Erfahrung. «Ich habe das Mittel Rizol verschrieben bekommen, welches ich täglich in Wasser aufgelöst einnehme und abends auf die Fussnägel tropfe. Seit Beginn der Therapie sind etwa zwei Monate vergangen, der Pilz wächst sich heraus und ein pilzfreier, schöner Nagel kommt nach.»

«Zur Unterstützung des Nagelwachstums habe ich gute Erfahrungen mit den Schüssler-Salzen Nr. 11, Silicea, und Nr. 10, Natrium sulfatum, gemacht», berichtet Frau F. M. aus Wallisellen. «Man kann die Nägel in lauwarmem Wasser baden, in dem die Tabletten aufgelöst wurden oder Silicea als Creme auftragen.»

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.

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**.

Leserforum-Galerie «Sport, Spiel und Spass»: Im Sport kann es bunt zugehen. Die farbenfrohen Kletterer schickte uns Peter Wolfgang.

Leserforum-Galerie «Sport, Spiel und Spass»: Herbstzeit ist Wander- und Erntezeit. Martin Ryser fing den Regenbogen über dem Kornfeld ein.

Vaskulitis

Der Schwiegersohn von Frau E. S. aus Stuttgart leidet am Churg-Strauss-Syndrom, auch als Vaskulitis bezeichnet. Die schwerwiegende Entzündung der kleinen Blutgefässe schädigt Gewebe und Organe. Die bisherige Behandlung mit Kortison führte zu einer Osteoporose und in der Folge zu Rippenbrüchen.

«Leider kann ich zur Behandlung des Churg-Strauss-Syndromes nichts sagen», antwortet Herr M. G. aus München. «Die Osteoporose aber sollte durch eine Ernährungsumstellung und viel Bewegung zumindest abzumildern sein. Empfehlenswert ist eine kalziumreiche Vollwertkost mit viel Obst, grünem Gemüse, Sprossen, Sojaprodukten und Fisch. Auch kieselsäurehaltige Nahrungsmittel wie Vollkornprodukte (besonders aus Hafer und Gerste), grünes Gemüse (grüne Bohnen, Lauch) Kräuter und Obst wie Bananen und Johannisbeeren wirken sich günstig aus.»

Zu diesem schwierigen Thema haben wir keine weiteren Antworten erhalten. Das Gesundheitsforum empfiehlt in diesem Falle, alternative Medikamente oder Anwendungen nur zur Unterstützung einzusetzen und immer mit den behandelnden Ärzten abzusprechen. So käme eventuell ein Einsatz der entzündungshemmenden Teufelskralle in Frage, auch dies sollte aber nur auf ärztliche Anordnung hin geschehen. Keinesfalls sollten Kortison oder andere Medikamente ohne Einverständnis

des Arztes abgesetzt werden, da dies bei Autoimmunerkrankungen sehr gefährlich sein kann.

Wachstumsstörungen bei Fussnägeln

Aufgeschwollene, verdickte und verhärtete Fussnägel interpretierte Frau C. J. aus Brig als Folge einer Wachstumsstörung und fragte die Leserinnen und Leser nach natürlichen Behandlungsmöglichkeiten.

Frau S. H. aus Diepoldsau vermutet hier einen Zusammenhang mit dem Thema «Nagelpilz», da bei diesem die Nägel auch oftmals verdickt und verhärtet sind. Es sollte also abgeklärt werden, ob es sich nicht um eine Pilzinfektion handelt.

«Nagelwachstumsstörungen können verschiedenste Ursachen haben», weiss auch Frau E. L. aus Chur.
«Es kommen Hormon- und Stoffwechselstörungen, Vitamin- und Mineralstoffmangel, Ernährungsfehler und sogar falsche Maniküre in Frage. Ich würde also als Erstes abklären lassen, ob es sich wirklich um eine Wachstumsstörung handelt und was die Ursache sein könnte. Erst dann kann man mit einer sinnvollen Behandlung beginnen.»

«Auf jeden Fall sollten Sie Ihre Ernährung überdenken», schreibt Frau U. M. aus Baden.
«Sie sollte vitamin- und mineralstoffreich sein. Wichtig für gesunde Nägel sind z.B. Lebensmittel, die Kieselsäure, Kalzium und Zink enthalten.»

Das Gesundheitsforum ergänzt: Schon Alfred Vogel sagte, für gesunde und schöne Nägel benötige man kieselsäurereiche Nahrung. Kieselsäurehaltige Pflanzen sind z.B. Hirse, Brennnessel und Zinnkraut. Hirse enthält auch viel Zink. «A.Vogel Natural Beauty» ist eine Nahrungsergänzung aus Goldhirse- und Brennnesselextrakt, Bierhefe und Zink. Diese Pflanzenkombination kann einen Beitrag leisten zu schönem Haar und festen Finger- und Fussnägeln.

Einen weiteren Tipp hat Frau M. Z. aus Köln: «Reiben Sie morgens Ihre Nägel mit Zitronensaft und abends mit Olivenöl ein. Vitamin C ist wichtig für die Nagelsubstanz, das Olivenöl stärkt die Nagelplatte.»

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

Neue Anfragen

Polypen

«Seit Jahren kämpfe ich mit Polypen in der Nase», klagt Herr B. T. aus Zürich. «Ich hatte bereits zwei Operationen, aber die Polypen wachsen immer wieder nach.
Die einzige Möglichkeit, so sagte man mir, wäre es, ständig Cortison in die Nase zu sprühen. Dies möchte ich aber nicht als Dauerlösung sehen. Vielleicht hat einer der Leser einen Rat für mich?»

Kalte Füsse

Frau S. P. aus Luzern versucht, ihre Beschwerden mit Humor zu nehmen: «Mittlerweile habe ich mich schon fast daran gewöhnt, ständig kalte Füsse zu haben. Ohne Bettflasche gehe ich erst gar nicht schlafen. Im Winter ist es am schlimmsten, da ich dann noch empfindlicher bin. In dieser Zeit bin ich auch öfters erkältet. Hat jemand das gleiche Problem gehabt und kann mir einen Rat geben? Ich bin für jeden Hinweis dankbar.»

Gerstenkorn

«Unsere Tochter, 14 Jahre, leidet unter wiederkehrenden Gerstenkörnern am Augenlid», schreibt uns Familie O. aus Basel. «Es ist immer ein schmerzhafter und langwieriger Prozess. Gerne möchten wir ihr helfen und fragen die Leser um Rat.»