Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 73 (2016)

Heft: 10: Schlucken : viel mehr als nur Reflex

Rubrik: Das 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: 15.07.2025

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

Das Leserforum

Karpaltunnel-Syndrom

Ein Karpaltunnelsyndrom wurde bei Frau E.B. aus Bad Ragaz diagnostiziert. Operiert werden soll nicht. Sie bittet nun um Tipps.

Wenn Massagen helfen, sei es möglich, dass «nur» eine zu grosse Muskelspannung vorliege, eventuell auch im Oberarm-, Schulter- und Nackenbereich, schreibt Frau S. S. aus Affoltern a.A. «Eventuell Halswirbelsäule und Brustwirbelsäule mit einbeziehen und prüfen, ob Wirbel falsch stehen und es darum auf den Nerv drückt. Flexotape könnte auch Linderung bringen.»

Von ihren eigenen Erfahrungen berichtet Frau E.W. aus Wädenswil. «Mir wurde dieses Karpaltunnel-Syndrom nach einer längeren Velotour ebenfalls an meiner rechten Hand diagnostiziert, und ich wusste anfangs gar nicht, von wo diese Schmerzen kamen, da sie mir bis in Oberarm und Schulter ausstrahlten. Ich hatte hierzu zuerst ein, zwei Sitzungen in der Schmerztherapie besucht. Wobei ich schnell merkte, dass mein Körper nach mehr verlangte, worauf ich dann mit einer Akupunkturtherapie anfing. Früher hätte ich mir kaum vorstellen können, mich jemals mit diesen Akupunkturnadeln behandeln zu lassen. Doch heute würde ich dies umgehend wieder machen lassen. Meine Akupunktur-Therapeutin ist eine Südkoreanerin. Heute lebt sie zusammen mit ihrem Mann und zwei Kindern in der Schweiz. Für mich und mein Leben eine wahre Bereicherung. Nach mehreren Akupunktursitzungen hatte ich keine Schmerzen mehr und ich fühle mich von diesem Karpaltunnel-Syndrom befreit. Auch fahre ich wieder längere Velotouren.
Ich wünsche Frau E.B. gute Besserung sowie Linderung und vielleicht ist eine Akupunkturtherapie auch für sie empfehlenswert», hofft Frau E.W.

«Meine Frau litt vor Jahren stark unter dem Karpaltunnel-Syndrom: erst Kribbeln in der Hand, dann Schmerzen im rechten Arm, von der Hand beginnend, zunehmend zur Schulter ausdehnend», schildert Herr F.E. aus Seengen. «Dies störte vor allem nachts, da der Schlaf beeinträchtigt wurde. Schliesslich meldete sie sich für eine OP an. Zufällig erfuhr sie von

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
info@avogel.ch

Das Team

Heilpraktikerin Gabriela Hug

Drogistin HF Marlis Cremer

ist 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.**

einem Kollegen, dass dessen Frau das Karpaltunnelsyndrom mit Kohlsalbe der Hildegard-Stadtdrogerie in Basel erfolgreich behandelt hatte.
Da meine Frau längere Zeit auf den Operationstermin warten musste, begann sie mit der Salbe – in der Hoffnung, die Schmerzen lindern zu können. Sie hat die Salbe konsequent dreimal täglich einmassiert, bis diese gut eingezogen war. Nach etwa drei Monaten rückte der OP-Termin in Sicht. Da die Schmerzen in der Zwischenzeit fast verschwunden waren, hat sie den OP-Termin abgesagt! Anschliessend setzte sie die Behandlung noch mehrere Monate fort. Meine Frau hat sich seither nie mehr über Beschwerden beklagt», macht unser Leser Frau E. B. Mut.

«Auf die Anfrage von Frau E. B. aus Bad Ragaz möchte ich meine Erfahrung weitergeben», schreibt Herr E. B. aus Altnau. «Ich habe innerhalb von drei Monaten mein Problem mit dem Karpaltunnel durch ‹Schindele's Mineralien› (Nahrungsergänzungsmittel mit Eisen aus Gesteinsmehl) gelöst. Morgens und abends einen Teelöffel des Pulvers mit Wasser einnehmen. Nach einem Monat trat schon eine merkliche Besserung ein. Ich nehme allerdings zur Vorbeugung weiterhin alle ein bis zwei Tage einen Teelöffel Pulver. Sie können ‹Schindele's› in der Apotheke bestellen oder direkt via Internet bei Naturprodukte-Vertrieb GmbH in 9527 Niederhelfenschwil, Tel. 0041 71 948 60 40. Ich hoffe, Sie haben damit ebenso viel Erfolg wie ich», so Herr E. B.

«Ich weiss nicht, weshalb der Arzt von Frau E. B. eine Operation ausschliesst. Wenn eine Schiene nachts nichts mehr bringt und die Schmerzen überhandnehmen, ist eine OP angesagt», meint Frau G. G. aus Abtwil. «Meine Erfahrung (an beiden Händen) ist sensationell! Keine Beschwerden mehr und dies seit Jahren! Ein gutes Händchen eines Arztes kann da viel bringen! Viel Glück

Leserforum-Galerie «Farbenpracht»: Bei einer «vitaswiss»-Wanderung während eines eher grauen Tages am Pfäffikersee entdeckte Marlies Wehrli diese Kürbisse, die wie Farbkleckse in der Landschaft lagen.

und keine Sorgen, es kommt bestimmt gut!», schreibt sie.

«Mir wurden von meiner Physiotherapeutin Schüssler-Salze zur Behandlung des Karpaltunnel-Syndroms empfohlen», schreibt M. E.-L. aus Zürich, «ihr selbst hat es geholfen und mir auch». Die Nummern 7, 8 9 und 10 wirken bei ihr «seit drei Jahren bestens», freut sich Frau E.-L.

«Sehr guten Erfolg» hat I. B. aus Derendingen in Sachen Karpaltunnelsyndrom mit TCM/Akupunktur verbucht: «Erst war mein rechtes Handgelenk betroffen, etwa zwei Jahre später das linke. Nach wenigen Therapiesitzungen verbesserten sich die Schmerzen und gingen im weiteren Therapieverlauf sogar ganz weg. In beiden Fällen hatte ich chinesische Therapeuten, welche viele Jahre in China in Akupunktur und TCM ausgebildet wurden.»

Unangenehme Insektenstiche

Viel gestochen wird Frau U. K. aus Locarno, wobei die Insektenstiche bei ihr auch noch zu grossen Quaddeln anschwillen. Sie bittet um Rat von GN-Lesern.

«Ein sehr billiges, einfaches und umweltfreundliches Mittel» hat Prof. E. B. aus Kreuzlingen parat: «Tauchen Sie einen zum Kreiskegel zusammengerollten Waschlappen mit der Spitze in ein Gefäss mit heissem Wasser (mindestens 70 °C) und betupfen Sie die juckenden Stellen, bis es durch die Hitze etwas schmerzt. Das Jucken hört für mehrere Stunden auf – und nach wenigen Wiederholungen sogar ganz.»
Rühre der Juckreiz von einer Histaminose her, «dann ist sie bekämpfbar durch eine Kombination von Vitamin C und B6», so Prof. E. B. Die Überproduktion von Histamin respektive der mangelnde Abbau könne ernährungsbedingt sein, «z. B. durch Käse, überreife Früchte oder vergärte Obstsäfte.»

Leserforum-Galerie «Farbenpracht»: Dieses prachtvolle Tagpfauenauge flatterte Marianne Kambli über den Weg und in einem stillen Moment gelang es ihr, das Tier auf einer Blüte ruhend abzulichten.

Frau S.H. aus Weggis schützt sich und ihre Familie mit Teebaumöl vor den Stichen, «einfach an mehreren Stellen die Haut betupfen. Wenn wir dennoch mal gestochen werden, betupfen wir die Stelle mit reichlich Molkosan.»

«Nach einem Bienen-, Wespen- oder Mückenstich einen Würfelzucker mit der Zunge anfeuchten, auf dem Stich verreiben, fertig», lautet der Rat von Frau E.S. aus Langrickenbach. «Bei mir wird nichts rot oder geschwollen, und es beisst nicht», schwört sie auf diese ebenso einfache wie bei ihr stets wirksame Methode.

Frau F.B. aus Luzern rät, den Juckreiz der Stiche mit dem homöopathischen Mittel Apis zu lindern. Ist man gerade draussen unterwegs, kann man Spitzwegerich pflücken. «Einfach das Blatt zwischen den Fingern verreiben und auf den Stich geben». Lindernd wirke auch ein Essigwickel: «Essig auf ein Baumwolltuch geben und dieses um den Stich binden.»

Augenprobleme: Sjörgren-Syndrom

Das Sjörgren-Syndrom, eine chronische, entzündliche Autoimmunerkrankung, wurde bei M.F. aus Esslingen (D) diagnostiziert. Sie sucht nach ganzheitlichen Empfehlungen und nach Hinweisen auf spezialisierte Mediziner.

In der Regel zielt eine Therapie des Sjörgren-Syndroms darauf ab, die Beschwerden zu lindern. «Gegen trockene Augen und trockenen Mund helfen zum Beispiel künstliche Tränen- beziehungsweise Speichelflüssigkeit», weiss Frau M.K. aus Olten. Zuckerfreie Bonbons regen die natürliche Speichelproduktion an und können bei Mundtrockenheit helfen.

Das Gesundheitsforum merkt dazu an: Da die Erkrankung mit entzündlichen Prozessen einhergeht, könnte man eine Behandlung mit Teufelskralle-Präparaten versuchen. In Betracht zu ziehen wären zudem Akupunktur und Homöopathie.

Neue Anfragen

Probleme mit den Mandeln

Sorgen bereiten Frau M.P. aus Freudwil ihre Rachenmandeln. «Sie sondern (besonders links) eine griessähnliche Substanz ab. Der Arzt meine, dies sei nichts Gefährliches. Um die Absonderung zu stoppen, helfe nur eine Operation. «Ausser einem kleinen Ziehen auf der linken Halsseite habe ich keine Schmerzen. Gurgeln tue ich ohnehin mit Molkosan.» Frau P. fragt nach einem Rat, wie sie das Problem ohne OP angehen kann.

Richtige Einnahme von Basenpulver

«Ich lese immer wieder von Basenpulver, das gut sein soll für die Gesundheit», schreibt Herr D.Z. aus Wädenswil. Er fragt sich, wie und wann man dieses korrekt einnimmt und ob vielleicht eine Überversorgung mit Mineralstoffen zu befürchten ist.

Blutschwämmchen am Oberkörper

Herr D.G. aus Basel entdeckte plötzlich merkwürdige rote Punkte am Oberkörper. «Der Arzt sagt, das seien Blutschwämmchen.» Obgleich der Mediziner versichert habe, dass diese nicht gefährlich seien, ist Herr G. beunruhigt. «Hat jemand Erfahrung mit diesen Hautveränderungen? Gehen die auch wieder weg? Was kann ich tun, damit es nicht mehr werden?», möchte er von ebenfalls Betroffenen wissen.

Erfahrungsberichte

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