

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 75 (2018)  
**Heft:** 12: Harnwegsinfekte : wirksame Pflanzen  
  
**Rubrik:** Leserforum

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 25.04.2025

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

# Leserforum

## Handinnenflächen häuten sich

Hilfe für einen 48-jährigen Bekannten sucht Frau C. B.-M. aus Menzingen. Bei dem Mann häuten sich regelmässig die Handinnenflächen, die neue Haut fühle sich wie Pergament an. Eine zutreffende Diagnose konnte bislang noch nicht gestellt werden.

Gegen ihre sich häutenden Hände haben Frau E. P. aus Bern Handbäder geholfen. Ins Wasser gab sie Molkekonzentrat kombiniert mit Schwarztee und Malve. Gut sei auch Salbei, wenn man zugleich schwitzige Hände habe.

Die Hände einige Tage vorm Zubettgehen dick mit ureahaltiger Handcreme einfetten und Baumwollhandschuhe darüberziehen, empfiehlt Herr L. A. aus Genf. Nach spätestens einer Woche sollte die Haut sich nicht mehr schälen.

Für eine vermehrte Zufuhr von hochwertigen Ölen in der Ernährung plädiert Frau D. G. aus Wil. Wichtig sei darüber hinaus eine ausreichende Versorgung mit Omega-3-Fettsäuren.

Auf die Möglichkeit einer erblichen Veranlagung weist Frau I. V. aus Biel hin. Eventuell könne es sich auch um eine versteckte Neurodermitis handeln.

Das Gesundheitsforum empfiehlt: Lassen Sie abklären, ob sich ein Handekzem entwickelt hat, z.B. durch übermässigen Kontakt zu Seifen und Lösungsmitteln oder chemischen Reizstoffen. Auch Kontaktallergene können verantwortlich sein, etwa bestimmte Farb- und Duftstoffe, Harze, Konservierungsstoffe oder Latex. Und fragen Sie Ihren Arzt, ob es sich nicht vielleicht doch um einen Handpilz handelt. Üblicherweise wird eine Probe der befallenen Haut genommen und im Labor untersucht.



## Gesundheitstelefon


Tel. 071 335 66 00 (Schweiz)  
 Tel. +41 71 335 66 00  
 (Deutschland/Österreich)  
 Mail: info@avogel.ch

Unser Gesundheitstelefon ist wie folgt besetzt: Mo/Di/Do, jeweils 8–12 Uhr und 13.30–16 Uhr



Heilpraktikerin  
 Gabriela Hug

Bei Fragen rund um das Thema Gesundheit und Naturheilkunde berät unsere Expertin Abonnentinnen und Abonnenten der GN gratis.

 In der Rubrik «Leserforum» veröffentlichen wir persönliche, ungeprüfte Erfahrungsberichte. Beanspruchen Sie daher vor der Anwendung stets fachlichen Rat.

### Trigeminusnerv verletzt

Verursacht durch ein Missgeschick hat sich die 84-jährige Schwester von Frau H.K.-S. aus Herrliberg den Trigeminusnerv verletzt. Die Leserin erbittet Tipps zu Methoden oder Medikamenten zur Wiederherstellung der Lidfunktion.

Auf die Möglichkeit einer therapeutischen Lokalanästhesie macht Frau P.Z. aus Zürich aufmerksam. Dabei werden Betäubungsmittel mit feinen Nadeln direkt in die schmerzenden Stellen injiziert. Werde die Therapie täglich und über mehrere Wochen angewandt, könne sie erfolgreich sein.

Kalte Kompressen mit Lavendel empfiehlt Frau L.O. aus Baden. Hierzu werden Lavendelblüten mit kochendem Wasser übergossen und 15 Minuten ziehen gelassen. Danach Blüten entfernen und Flüssigkeit

abkühlen lassen. Nun ein Leinentuch in den Aufguss tunken, dieses für einige Zeit auf die betroffene Gesichtseite halten. Die Komresse sei vor allem schmerzlindernd.

Erwärmte Leinensäckchen, die mit Heublumen gefüllt sind, aufs Augenlid legen, lautet der Ratschlag von Herrn I.K. aus Reutlingen.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Alfred Vogel zufolge beeinflusst die Einnahme von Hefeextrakt auch alle neuralgischen Schmerzen, Trigeminus-Neuralgien und anderes mehr.

### Erfahrungen mit Myelofibrose?

Frau B.Z. aus Aarau hofft auf hilfreiche Hinweise in Sachen Myelofibrose (seltene, chronische Erkrankung des Knochenmarks).

### Leserforum-Galerie «Stadt und Natur»:

Bizarren Skulpturen gleich ragen die unbelaubten Kastanienäste in den winterlich verhangenen Himmel von Paris. Andi Mächler fing diese Szene ein.



Anmerkung der Redaktion: Zum Krankheitsbild Myelofibrose gingen leider keine Leser-Erfahrungen ein. Die Behandlung richtet sich nach individuellen Voraussetzungen; der behandelnde Arzt entscheidet je nachdem, wie sich die Erkrankung äussert, über die Therapiemethode. Weitere Informationen bietet z.B. folgende Webseite: [www.leben-mit-myelofibrose.de](http://www.leben-mit-myelofibrose.de)

### **Schmerzende, schiefe Finger**

Über sich im Alter zusehends verformende, schmerzende Finger klagt Frau M.S. aus Hannover. Sie erhofft sich Hinweise auf naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten.

Frau S.W. aus Chur hat gute Erfahrungen mit regelmässigem Bewegungstraining gemacht, z.B. durch Übungen mit Therapieknete oder in einem «Bad» aus Linsen, durch das man mit den Fingern walkt. War-

me Handbäder findet Frau B.Z. aus Luzern wohltuend. Sie empfiehlt zudem Moorpackungen für die Hände.

Bei Entzündungen in den Fingern helfen manchmal auch Kälteanwendungen, so die Erfahrung von Herrn K.P. aus Basel. Er reibt seine schmerzenden Hände ausserdem regelmässig mit einer Zubereitung aus Arnika ein.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Das Allgemeinbefinden sinnvoll unterstützen kann man zudem durch Ernährung mit naturbelassener Kost und dem kurmässigen Gebrauch von basischen Getränken auf Molkebasis.

### **Leserforum-Galerie «Stadt und Natur»:**

Diese bemerkenswerte Wolkenformation fing Maria Voser über dem Himmel von Zürich-Seebach Richtung Ostschweiz ein.



## Neue Anfragen

### Starke Fettleibigkeit

Was jemand mit starker Fettleibigkeit tun könne, fragt Herr F. R. aus Zäzwil an. Die Betroffene sei Mitte 40 und Mutter zweier Kinder. Er möchte wissen, ob es sinnvoll ist, bei nicht veränderten Essgewohnheiten zusätzlich ein pflanzliches (Heil-) Mittel einzunehmen. Oder ob es sich um Drüsen- respektive Hormonstörungen handeln könne.

### Hämorrhoiden loswerden

Mit Hämorrhoiden plagt sich Herr K. S. aus Lau- sanne seit geraumer Zeit. Er möchte das Problem mit Naturheilmitteln in den Griff bekommen und hofft auf entsprechende Tipps.

### Nägelkauen beim Enkelkind

Frau C. U. aus Lenzburg stört sich am Nägelkauen ihrer achtjährigen Enkeltochter. Sie möchte wissen, mit welchen alternativen Methoden man das Kind von der Unsitte abbringen könne. Die gebräuchli- chen Tinkturen mit dem typischen Bitteraroma möchte Frau U. dem Kind nicht zumuten.

### Massiver Haarausfall

Zunehmenden Haarausfall beobachtet Frau D. G. aus St. Gallen nun schon seit Monaten bei sich. Ihr Haar sei sichtbar weniger und dünner gewor- den. Sie hofft auf gute Tipps.

### Können Sie helfen?

### Wissen Sie einen guten Rat?

Gesundheits-Nachrichten | Leserforum  
Postfach 43, CH-9053 Teufen  
E-Mail: [info@avogel.ch](mailto:info@avogel.ch)

## Anzeige

**Biotta**  
Der Schweizer Bio-Pionier

### Cassis: Vitamin-C-Spender



Nach dem Motto «Mehr Natur geht in keine Flasche» stellt Biotta seit über 60 Jahren naturbelassene Säfte her. Sereina Egli, Produktmanagerin bei Biotta, hat einen Leser-Tipp zum Thema Schwarze Johannisbeere.

Die Schwarze Johannisbeere, den meisten auch bekannt als Cassis, ist reich an gesundheitsfördernden Inhaltsstoffen, die insbesondere im Winter überaus wertvoll sein können. Die kleine Beere mit dem leicht säuerlichen, bitteren Geschmack unterstützt uns mit natürlichem Vitamin C, das unsere Abwehrkräfte stärkt. Weiter haben Untersuchungen gezeigt, dass sowohl die Schwarze Johannisbeere wie auch die Holunderbeere antiviral wirken – sie können sowohl Herpes als auch Influenza A- und B-Viren erfolgreich bekämpfen. Bei Beginn einer Erkältung oder Grippe (oder noch besser präventiv) empfiehlt es sich also, auf diesen natürlichen Helfer zurückzugreifen. Cassissaft, am besten naturbelassen und in Bioqualität, kann auch gut heiss getrunken werden – für einen rundum angenehmen Genuss an kalten Tagen.



An dieser Stelle kommt insgesamt fünf Mal in 2018 unser redaktioneller Kooperationspartner Biotta zu Wort.