

Leserforum

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **78 (2021)**

Heft 9

PDF erstellt am: **27.09.2024**

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.

Fragen und Ratschläge

Leser fragen

Sicht getrübt

Frau C. B.

Die Leserin sieht auf dem rechten Auge nur zu 20 Prozent. Nun stellen sich seit einem halben Jahr auch noch «Spinnfäden» ein, die sich übers Auge fortzubewegen scheinen. Das stört sie sehr. Sie hofft auf einen Rat.

Belastende Fibrome

Frau M. B. aus Zürich

Die 66-jährige plagt sich zunehmend mit Fibromen. Sie liess bereits welche entfernen, musste aber von der Hautärztin erfahren, dass diese wieder nachwachsen können. Die Leserin hofft auf Infos zu Entstehung und Behandlung von Fibromen.

Spinalkanalstenose

Frau K.E. aus Bern

Welche Therapie hilft bei einer Spinalkanalstenose? Nutzen Gymnastik oder Physiotherapie? Wer hat Erfahrung mit einer Operation?

Ihr Erfahrungsschatz!

«Ich habe in der Küche immer **Johanniskrautöl** zur Hand», berichtet Herr K. aus Zürich. Wenn er sich am Herd oder an heissem Wasser verbrenne, trage er sofort das Öl auf.

Anmerkung der Redaktion: Das empfiehlt sich allerdings nur bei Verbrennungen von Grad 1 bis 2. Ärzte empfehlen, das Öl am besten mit einer Kompresse aufzubringen und es mehrere Stunden einwirken zu lassen.



Blasenschwäche

Frau B.

Die Leserin beklagt eine Blasenschwäche mit immenssem Druck, häufig aufs WC zu müssen. Sie bittet um Tipps.



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

Stellen Sie Ihre Frage
direkt in unserer

Chatbox

auf der Seite
www.avogel.ch/chat



**Leserforum-Galerie 2021:
«Tiere in der Natur»**

«Manchmal scheint es, als seien Papageientaucher unschlüssig, ob sie fliegen sollen – der hier aber stürzt sich mutig in den Abgrund», schreibt Dietrich Rüger.

Einen Milan, der grimmig eine Krähe verjagt, bekam Sara Landa eindrucksvoll vor die Kameralinse.



Leser antworten

Brennende Fusssohlen

Frau E. K. aus Heiden, GN 6 / 2021

Besonders nachts leidet die Leserin unter brennenden Fusssohlen.

«Brennende Fusssohlen, vor allem nachts und beidseitig, können ein Symptom von Polyneuropathie sein», schreibt Frau A. H. und empfiehlt der betroffenen Leserin, Zucker, Kaffee und Alkohol zu meiden. Sie selbst kam bei sich auf diese Diagnose; den Hinweis dazu gab ihr, wie sie berichtet, das Buch von Dr. Christian Schmincke: «Ratgeber Polyneuropathie und Restless Legs» (Springer Verlag).

Gesundheitstelefon

Tel. 071 335 66 00 (Schweiz)

Tel. +41 71 335 66 00

(Deutschland/Österreich)

Mail: beratung@gesundheitszentrum-avogel.ch

Unser Gesundheitstelefon ist besetzt:

Di/Do, jeweils 8–12 Uhr und 13.30–16 Uhr,
kurzfristige Änderungen vorbehalten



Drogistin HF
Christina Schmidhauser



Heilpraktikerin
Gabriela Hug

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

Unsere Expertinnen raten

Vergrösserte Mandeln

Herr D. F. aus Zürich, GN 6 / 2021

Er leidet unter vergrösserten Mandeln (schmerzfrei). Gelegentlich beklagt er einen entzündeten Hals.

Generell sollte der Leser darauf achten, das Immunsystem zu stärken und Milchprodukte zu meiden. Hilfreich sein könnte die Gabe der Schüsslersalze 1, 2, 3, 4 und 9, dreimal täglich zwei Tabletten. Man könnte sie auch in Wasser auflösen und als Gurgellösung benutzen.

Magenprobleme

Frau M. N. aus Chur, GN 6 / 2021

Das Essen liegt ihr jeweils wie ein Stein im Magen.

Gemäss Alfred Vogel ist gründliches Kauen (30-mal) unerlässlich für eine gute Verdauung. Meiden sollte Frau N. alle blähenden Gemüse (Kohl, Zwiebeln, Gurken etc.) sowie Hülsenfrüchte. Wohltuend kann die Einnahme von Bitterstoffen sein.

Kindliches Immunsystem

Frau V. A. aus Weggis, GN 6 / 2021

Sie möchte wissen, wie man das kindliche Immunsystem am besten stärkt.

Regelmässige Kneippkuren können auch bei Kindern zur Stärkung des Immunsystems beitragen. Dabei gibt man kalt-warme Wechselbäder auf die Beine. Je jünger das Kind, desto geringer sollten die Temperaturunterschiede sein.

Eine aktuelle Studie belegt die Wirksamkeit von Echinacea purpurea auf das kindliche Immunsystem.

Ausschlag an den Händen

Herr A. F. aus Friedrichshafen, GN 6 / 2021

Er beklagt Juckreiz und Ausschlag an den Händen.

Zu empfehlen sind Handbäder mit Molke oder Malve. Schüsslersalz Nr. 13 wird bei hartnäckigen und chronischen Hautausschlägen gegeben.