Traff & Talk

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **62 (2005)**

Heft 2: **Rheuma und Ernährung**

PDF erstellt am: **03.05.2024**

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.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Treff & Talk mitmachen • mitteilen • mitgestalten

Leserforum

Diese regelmässige Rubrik der «Gesundheits-Nachrichten» beruht auf dem Prinzip «Leser helfen Lesern».
Wir veröffentlichen schriftliche Anfragen von Lesern, die bei einem Gesundheitsproblem um Hilfe bitten.
Andere Leserinnen und Leser, die ihre Meinung dazu äussern möchten oder über eigene Erfahrungen in der Behandlung verfügen, teilen ihr Wissen mit – eine solidarische und praktische Hilfe zur Selbsthilfe.
Hier ist einer für den anderen da, hilft weiter, gibt Tipps und vermittelt gesundes Wissen.

Briefe an das Leserforum:
Gesundheits-Nachrichten Leserforum
Postfach 43, CH 9053 Teufen
E-Mail: info@gesundheitsforum.ch

Gesundheitsforum

Bei Fragen rund um das Thema «Gesundheit und Naturheilkunde» oder Auskünften zu A. Vogel-Produkten berät Sie ein geschultes Expertenteam am Telefon. Dieser Service ist für Abonnenten der «A. Vogel Gesundheits-Nachrichten» gratis. Bitte nennen Sie bei einem Anruf ihre Kundennummer.
Nicht-Abonnenten wählen für Rat und Auskunft in der Schweiz die Nummer 0900 028 028. In den ersten 5 Minuten gebührenfrei, danach CHF 3.–/Min.

Anrufe an das Gesundheitsforum:
Tel. **071 335 66 00**
vom Ausland: **0041 71 335 66 00**
Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag
8.00 bis 12.00 und 13.30 bis 17.00 Uhr

Briefe an die Redaktion:
Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH 9053 Teufen

E-Mail:
c.rawer@verlag-avogel.ch

www.g-n.ch
Nachrichten, Aktionen, Abo-/Buchbestellungen, Sachregister 1995 – 2004

Leserforum-Galerie «Kinderbilder»

Annette Weber: Heute schon gelacht? Mit Sami klappt's bestimmt!

Das Leserforum

Erfahrungsberichte

Polyneuropathie

Zu mehreren Anfragen in GN 9/04 zu diesem Thema empfiehlt Frau D. N. aus Osnabrück nach Erfahrungen ihres Mannes, der ebenfalls an Polyneuropathie litt, den Besuch bei einem Heilpraktiker, der sich mit Neuraltherapie auskennt. Des weiteren würde sich eine Entsäuerung des Körpers positiv auswirken.

Darmerkrankungen

Frau K. M. aus Neftenbach suchte wegen einer Lähmung des Schliessmuskels den Rat unserer Leser. Frau H. G. aus Lugnorre schreibt: «Vielleicht hilft ihr der Rat von Marie Treben aus dem Buch ‹Gesundheit aus der Apotheke Gottes›, die in solchen Fällen Schwedenbitter im Verein mit Hirtentäschel sowie pro Tag vier Tassen Frauenmanteltee und sechs Schluck Kalmuswurzeltee verabreicht.»
Im Falle von Frau M. S. aus Winterthur empfiehlt Frau K. M. wegen des Durchfalls ebenfalls Kalmuswurzeltee als Kaltansatz: «Sechs Schlucke am Tag, je einer vor und nach den Mahlzeiten». Mehr sollte nicht getrunken werden. Frau T. L. aus Oberweningen ergänzt, dass Kalmuswurzel zusammen mit Malve gut bei Durchfall hilft. «Beides ist im Fachgeschäft erhältlich. Je 1 TL abends in einer Tasse mit kaltem Wasser ansetzen. Am Morgen nur leicht anwärmen, nicht kochen. Diesen Tee sollte man höchstens drei Wochen lang nehmen und dann mindestens drei Wochen aussetzen.» Ausserdem empfiehlt Frau T. L. – auch aus eigener Erfahrung – eine Darmmassage. «Ein spiralförmiges Streichen der Bauchdecke, ohne Druck, bis man die Wärme im Bauch spürt, am Anfang bis zu 20 Minuten. Mit der Zeit braucht es nicht mehr so lange, weil man von Anfang an in den Gedanken dabei ist.» Sie schlägt vor, bei Durchfall gegen den Uhrzeigersinn zu massieren, bei Verstopfungen im Uhrzeigersinn.
Das Gesundheitsforum ergänzt: Viel Flüssigkeit und Bewegung wirken unterstützend. Bei chronischem Durchfall kann es auch empfehlenswert sein, auf die Elektrolyte zu achten und auch mal eine Tasse Bouillon zu trinken.

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.

Prostata-Entzündung

Herr A. K. aus Therwil schrieb uns wegen einer bakteriellen Prostatitis, die nicht auf Antibiotika ansprach. Herr Dr. M. D. aus Coburg schlägt eine homöopathische Behandlung vor. Folgende Mittel kämen in Frage: Acidum phosphoricum D 30, Apis D 30, Senega D 30 und Borax D 30. «Es reicht nicht immer ein Mittel. Eine Woche lang täglich dreimal fünf Globuli 15 bis 30 Minuten vor den Mahlzeiten einnehmen. Dies ab der zweiten Woche nur jeden siebten Tag wiederholen.» (Die genannten Präparate sind in der Schweiz über die Fa. Omida erhältlich, in Deutschland von der Fa. Staufen-Pharma in Göppingen).

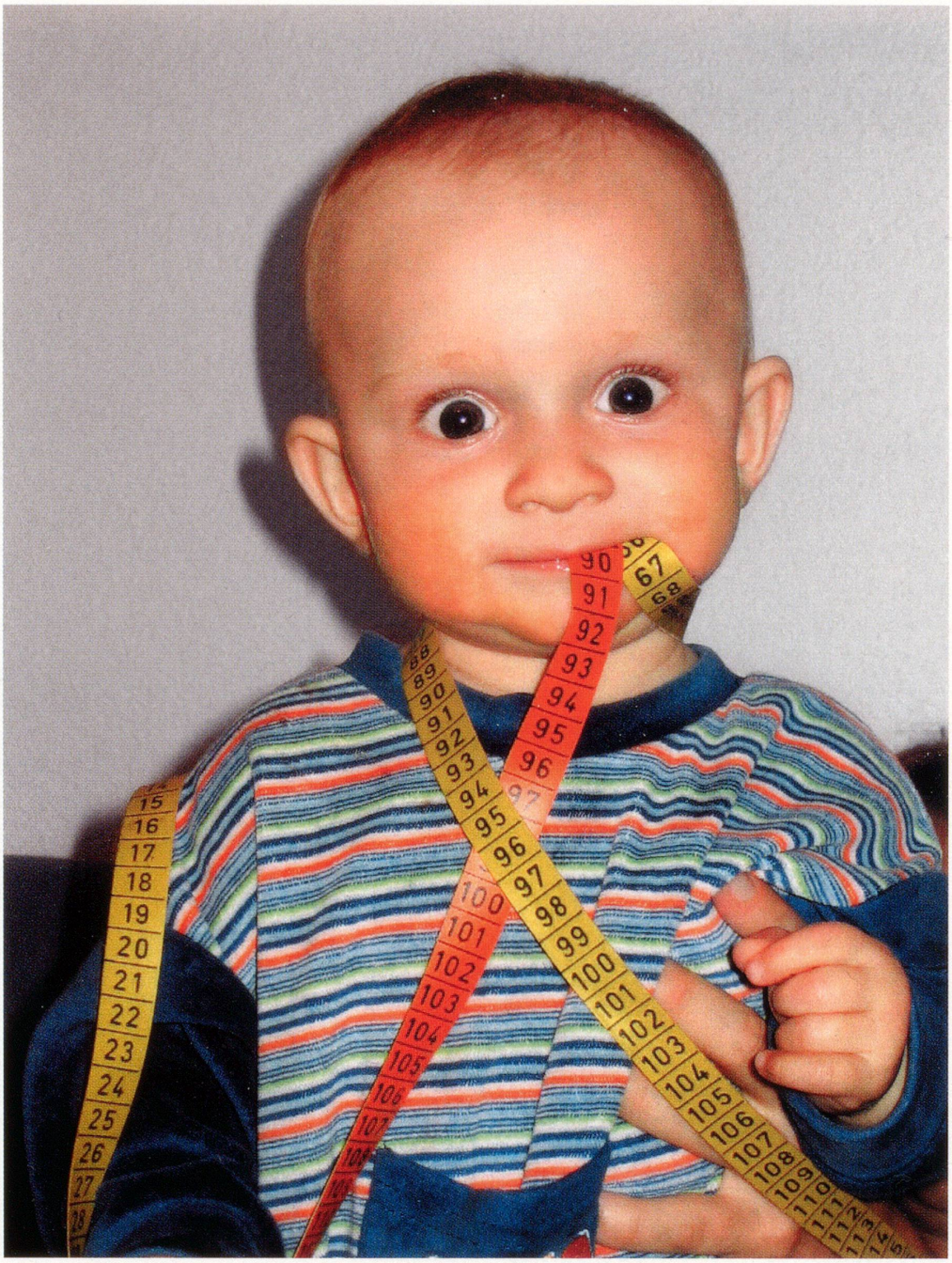
Hauterkrankung Pityriasis

Wegen dieser Hauterkrankung fragte Frau K. S. aus Bern im Namen einer Bekannten nach wirksamen Mitteln. Hier rät Herr Dr. D. zu China D 30, Senega D 30 und dem Organpräparat Peritoneum D 30. Auch diese Präparate sollten eine Woche lang täglich dreimal fünf Globuli 15 bis 30 Minuten vor den Mahlzeiten eingenommen werden, dann nur noch einmal wöchentlich. Sie sind bei den oben bereits genannten Bezugsadressen erhältlich.

Neue Anfragen

Flache Knötchenflechte

Herr A. S. aus Appenzell fragt nach Ratschlägen für seine Frau, die an einer Mundschleimhautentzündung (Lichen ruber) erkrankt ist. «Sie leidet seit über einem Jahr daran, ist 68 Jahre alt und hat nur noch 40 kg Körpergewicht, weil sie



Leserforum-Galerie «Kinderbilder»

Anja Jäger:
Dann lassen Sie Tom doch mal Mass nehmen!

beim Essen oft Schmerzen hat. Ich glaube auch, dass das Immunsystem meiner Frau nach mehreren Operationen und vielen Medikamenten sehr geschwächt ist.» Da sich trotz Behandlung bislang keine Besserung eingestellt hat, fällt es Frau S. zunehmend schwer, an eine Heilung zu glauben. Wer hat Erfahrungen mit dieser Erkrankung gemacht und kann Frau S. Mut zusprechen?

Luftstauungen in der Brust

Frau A. K. aus Alpnach schreibt: «Seit mehreren Jahren leide ich an einem Reizdarm. Mein Problem sind enorme Luftstauungen im Brustbereich. Oft lassen sich diese kaum lösen, obwohl ich gastreibende Nahrungsmittel meide. Ich hoffe auf Rat oder Erfahrungen der Leserschaft.»

Leserbriefe

NIA: Bewegung, Tanz, Rhythmus, Kreativität, Spass
GN 3/2004

Dank Ihrem Artikel über NIA bin ich im November 2004 nach Gomera gereist. Ich wollte Ihnen kurz mitteilen, dass dieser Aufenthalt wirklich toll war: erholsam, sportlich, musikalisch, sinnend, wandernd, kulinarisch sehr gut, menschlich interessant und amüsant. Ich habe mich schon für 2005 eingeschrieben und hoffe, dass Sie wieder einmal etwas dazu schreiben, damit noch mehr Menschen zu diesem Genuss kommen können. Danke Ihnen auch für die vielen anderen interessanten Artikel.
Regula Pedretti, Ponto Valentino

Süss, wärmend, heilend: Honig
GN 12/2004

Zum Artikel Ihrer Autorin Christine Weiner über «Heilen mit Honig» möchte ich Sie darauf aufmerksam machen, dass man Honig nicht über 40 °C erwärmen sollte (und nicht, wie im Beitrag einmal erwähnt, bis 55 °C), weil er sonst wertvolle medizinische Eigenschaften verliert.
Hans Bussinger, Zürich

Herr Bussinger hat Recht. Auch Imker empfehlen, Honig nicht stärker als bis höchstens 40 °C zu erwärmen. D. Red.

Eisfinger und Frostfüsse
GN 12/2004

In diesem Artikel habe ich einige Tipps gegen kalte Hände und Füsse wiederentdeckt, die ich «vergessen» hatte und jetzt wieder umsetze. Ich friere nämlich auch sehr leicht!
Dr. Beate Baier, Ostfildern

Frosch-Klebstoff für Knieknorpel
GN 12/2004, Fakten & Tipps

... natürliche Alternative!? Schade um all die Tiere, dass der Mensch sich auch in ihrem Reich bedient wie in einem Ersatzteillager! Wäre Prävention nicht die bessere Lösung für abgenutzte oder verletzte Knieknorpel?
B. Huber-Jordi, Herrliberg

Ganz sicher sollte der Mensch die gesamte Natur nicht als «Ersatzteillager» betrachten. In diesem Falle allerdings wurde das Hautsekret den Fröschen abgenommen, ohne ihnen zu schaden. Das Protein, das für die Klebewirkung verantwortlich ist, soll in Zukunft künstlich hergestellt werden.
D. Red.

Grosses Dankeschön ans Leserforum

Vergangenes Frühjahr veröffentlichten Sie meine Anfrage zu einer Sehnenscheidenentzündung. Fast alle Hinweise habe ich ausprobiert, den besten Erfolg brachte der Rat von Frau M. J. aus Pery zur homöopathischen Behandlung (eine Dosis Globuli Hepar sulfuris 200 k; erhältlich bei Schmidt Nagel, Dolisos oder in D bei StaufenPharma; die Red.). Dafür möchte ich mich herzlich bedanken. Ein Rest blieb allerdings, doch wenigstens kann ich wieder kleine Wanderungen unternehmen – das ist schon sehr viel!
U. Schweizer, Zürich

Tageskurs «Learning by doing» in Teufen

Tauchen Sie ein in die Welt des berühmten Heilpflanzenforschers Alfred Vogel. Mehr als 60 Jahre lang lebte und wirkte er im appenzellischen Teufen. Hier empfing er Patienten und Kurgäste, pflegte seinen Heilpflanzengarten und entwickelte seine Frischpflanzen-Präparate. Das idyllisch gelegene Anwesen ist eingebettet in einen Schaugarten mit über 100 Heilpflanzen und alten Obstsorten. Das A. Vogel-Museum beherbergt die ehemalige Produktionsstätte mit der Original-Einrichtung aus den 40er Jahren.

«Learning by doing – learning by gardening» lautet das Motto der Tageskurse 2005 in Teufen: Neben der inhaltlichen Qualität ist uns wichtig, dass Sie sich wohl fühlen, den Alltag hinter sich lassen und in angenehmer Atmosphäre die «Gärtnerseele» pflegen können. Im Herbistro begrüssen wir Sie mit einem Original-A. Vogel-Znüni, zum Mittagessen servieren wir Ihnen einen saisongerechten A. Vogel-Snack, und der Nachmittag wird von einer kleinen «Teatime» unterbrochen. Kursmaterialien und Verpflegung sind im Preis inbegriffen. Für die Leserinnen und Leser der «Gesundheits-Nachrichten» haben wir exklusiv zwei Daten reserviert: Donnerstag, 9. Juni 2005, und Dienstag, 21. Juni 2005. Melden Sie sich noch heute an.*

Kursleitung: Remo Vetter und Frances Vetter, Künstlerin, Erwachsenenbilderin SVEB II. Kursdauer: 9.30 bis 16.30 Uhr. TeilnehmerInnen: Maximal 20 Personen. Kosten: CHF 180.00. Anmeldung und Auskünfte: Esther Stupka, Tel. (0041) (0) 71 335 66 11.

Weitere Infos: www.g-n.ch. Anmeldung telefonisch oder mit der Karte am Heftende.

* Wichtiger Hinweis: Da die Teilnehmerzahl beschränkt ist, erfolgt die Aufnahme in der Reihenfolge der Anmeldung.

Gesundheits-Erlebnistage in Roggwil

Exklusiv für die Leserinnen und Leser der «A. Vogel Gesundheits-Nachrichten» finden in Roggwil (TG) zwei Gesundheits-Erlebnistage unter dem Motto «Aktiv gegen Rheuma» statt. Marlene Weber und ihr Team zeigen Ihnen eine Fülle von natürlichen Massnahmen gegen Rheuma. Gesunde Ernährung und natürliche Heil- und Vorsorge-Massnahmen stehen im Zentrum. Der Erlebnistag beginnt mit einem Original-A.Vogel-Frühstück und einem Rundgang durch den A. Vogel-Garten. Neben einem Referat von Frau Dr. Caroline Segert über die verschiedenen Facetten von Rheuma gehören zu den weiteren Highlights: der A. Vogel Gesundheitsweg «Aktiv gegen Rheuma», ein Betriebsrundgang, die Tinkturenherstellung und eine Produkte-Degustation. Beim Mittagessen, das natürlich «A. Vogel-like» sein wird, ist Dr. Claudia Rawer, Chefredaktorin der «Gesundheits-Nachrichten» anwesend.
Die Erlebnistage finden statt am Dienstag, 19. April 2005, und am Mittwoch, 21. September 2005. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.*

Kursdauer: 9.15 bis 17 Uhr.
Max. 40 – 45 Personen.Kosten: CHF 95.00 (inkl. Gutschein über CHF 5.00, der bei einem Einkauf im A. Vogel-Shop eingelöst werden kann).

Anmeldung und Auskünfte:
Bioforce AG, Marlene Weber
Tel. (0041) (0) 71 454 62 42

•CU

Im A. Vogel-Garten neben vielen anderen Heilpflanzen zu finden: Salbei (Salvia officinalis).

Impressum

A. Vogel Gesundheits-Nachrichten
Natürlich gesund leben
Februar 2005, 62. Jahrgang
Erscheint 11-mal im Jahr

Redaktionsadresse
Verlag A.Vogel AG,
Hätschen, Postfach 63
CH-9053 Teufen
Telefon 071 335 66 66,
v. Ausland: 0041 71 335 66 66
E-Mail: info@verlag-avogel.ch

Internet
www.verlag-avogel.ch
www.g-n.ch

Herausgeberin
Denise Vogel

Chefredaktion
Dr. rer.nat. Claudia Rawer (CR)
c.rawer@verlag-avogel.ch

Stellvertretung:
Clemens Umbricht (CU)

Mitarbeiter dieser Ausgabe
Sabine Joss
Adrian Zeller

Copyright
by Verlag A.Vogel AG

Satz, Lithos
Seelitho AG, Stachen

Fotos
Getty Images, Fotos-Direkt
naturganznah, Prisma
Izabelle Rozenbaum/PhotoAlto
Bioforce (B. Blum, A. Rhyser, G. Langer), Ideenhaus
Zefa blueplanet
T. Enz, H. Höhn, F. Joss
W. Jost, H. Lacher, T. Tolasch

Druck
Zollikofer AG, St. Gallen

Papier
Chlorfrei gebleicht

Jahresabonnement
Schweiz: Fr. 33.–
EU: Euro 22.–
übriges Europa: CHF 38.–
Naher Osten, Nordafrika:
CHF 45.– / Euro 30.50
übrige Länder:
CHF 48.–/ Euro 32.50

Einzelheft
CHF 4.90 / Euro 3.15

Anzeigen
Cornelia Huber.
Telefon 071 335 66 70
c.huber@verlag-avogel.ch

Abonnements
Verlag A.Vogel AG
Hätschen, Postfach 63
CH-9053 Teufen
Telefon 071 335 66 55
Fax 071 335 66 88
für Deutschland und Österreich:
Telefon 0041 71 335 66 55
Fax 0041 71 335 66 88

Verlag A. Vogel Konstanz
Telefon 075 33 40 35

Abonnementszahlungen
Mit beilieg. Einzahlungsschein:

In der Schweiz:
Postscheckkonto Nr. 90-7440-5
Verlag A.Vogel AG, 9053 Teufen
CREDIT SUISSE St.Gallen
Konto-Nr. 539-420524-71
Verlag A. Vogel AG, 9053 Teufen

In Deutschland:
Postbank D-76127 Karlsruhe
Konto-Nr. 007 008 275 6
BLZ 66 010 075
IBAN DE40 6601 0075 0070 0827 56
Verlag A.Vogel AG
CH-9053 Teufen

In Österreich:
Raiffeisenbank A-6800 Feldkirch
Konto-Nr. 2.040.194
BLZ 37 422
Verlag A. Vogel AG
CH-9053 Teufen

Übriges Ausland:
Bankscheck, ausgestellt auf:
Verlag A.Vogel AG
CH-9053 Teufen