

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 48 (1991)  
**Heft:** 6

**Rubrik:** Erfahrungen aus unserem Leserkreis

### **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:** 05.04.2026

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

## Erfahrungen aus unserem Leserkreis

### Nachtrag zum Fersensporn

**Soeben erhielten wir von Herrn A. L. eine Mitteilung, mit welchem Mittel er den Fersensporn erfolgreich behandelte. Hier sein kurzer Hinweis:**

«Zum Schluss noch ein Tip aus eigener Erfahrung: Fersensporn.

Dieses sehr schmerzhaftes Übel habe ich auf einen Rat hin mit Rhododendron-Salbe zweimal täglich bestrichen.

Ich hatte Erfolg und nach Jahren hat sich nichts mehr gezeigt.»

### Nagelbettentzündung

**Die obenerwähnte Entzündung ist oft mit Schmerzen verbunden. Man muss auch viel Geduld aufbringen, bis sich eine Besserung einstellt.**

Wie es zu einer raschen Heilung gekommen ist, schildert uns Frau B. A. aus L.:

«In einem Ihrer letzten Hefte fragten Sie die Abonnenten, ob es wünschenswert wäre, einander in Gesundheitsfragen beratend beizustehen. Ich würde diese Neuerung sehr begrüßen.

Dazu nun ein kleiner Beitrag meinerseits: Eine junge Frau klagte mir, dass sie seit acht Jahren an Nagelbettentzündung leide. Ärztliche Behandlungen brachten keinen Erfolg. Sie erklärte mir, das Leben sei ihr oftmals verleidet.

Ich riet ihr, die erkrankten Finger täglich in einem Absud von Sanikel, so warm als möglich, zu baden. Dann müsse sie die

Finger steril verbinden, dürfe dieselben aber nie mit Wasser in Verbindung bringen. Wenn nötig, müsse sie Gummihandschuhe tragen.

Sie befolgte meinen Rat und nach acht Tagen waren die Finger geheilt.»

Nach dem Rückgang der Entzündung wird das Nagelbett leicht mit Johannisöl eingerieben. Man kann auch eine Creme auf der Basis von Echinacea verwenden.

### Herzrhythmusstörungen

**Wenn das Herz «stolpert», dann handelt es sich um ein Symptom und nicht um eine Erkrankung im eigentlichen Sinne. Deshalb wird der Arzt nach der ursächlichen Grundkrankheit suchen, zum Beispiel nach Schädigungen des Herzmuskels, Herzanomalien und vegetativer Labilität. Wohl in der Mehrzahl sind es nervöse und sensible Menschen, die auf seelische Einflüsse mit Herzstolpern reagieren. Gelegentliche Rhythmusstörungen sind eher als harmlos anzusehen.**

Nervlich bedingte Störungen lassen sich oft mit Naturheilmitteln gut beeinflussen, wie dies sicherlich bei Herrn L. B. aus R. der Fall war. Seine Frau berichtet uns folgendes:

«Mein Mann hatte Herzrhythmusstörungen, doch der Arzt fand nichts heraus mit dem Langzeit-EKG.

Sie schrieben nun, dass das nervös sein könnte, und rieten zu Herztropfen und Strophanthus D4. Wir besorgten uns die Medikamente über die Apotheke. Mein Mann nimmt nun diese Medikamente täglich ein, und er hat seitdem keine Herzstörungen mehr gehabt.

Was für ein guter Erfolg, und wir danken Ihnen dafür herzlich.»

Der wesentliche Bestandteil der Herztropfen ist Weissdorn (Crataegus). Ihm werden zwei wesentliche Eigenschaften zugeschrieben: Bessere Durchblutung des Herzmuskels und Steigerung der Herzkraft.

Das homöopathische Mittel Strophanthus D4 wird bei nervösen Herzen und cardialen Angstzuständen verabreicht.

## Osteoporose

**Die Osteoporose, also der Knochenschwund, von dem viele Frauen nach dem Klimakterium betroffen werden, kam in den «Gesundheits-Nachrichten» schon oftmals zur Sprache.**

Unlängst erreichte uns ein Brief von Frau L. H. aus M., in dem sie uns ihre gesundheitlichen Fortschritte in dieser Hinsicht mitteilte. Frau H. schreibt uns folgendes:

«Herzlichen Dank für Ihren freundlichen Brief vom 21. Oktober 1990. Alle Mittel, die Sie mir gegen Osteoporose angaben, habe ich eingenommen und es geht mir schon viel besser. Die Gelenke schmerzen weniger. Am Morgen nach dem Aufstehen muss ich noch die Schmerztabletten nehmen, sonst keine mehr. Es sind noch Verspannungen da und in den Beinen noch wenig Kraft. Habe das Gefühl, dass es langsam besser kommt. Dank Ihren guten Mitteln! Bin schon jetzt ein ganz anderer Mensch.»

Eine Besserung kann nicht ausschliesslich mit Naturheilmitteln erreicht werden. Wichtige Voraussetzungen sind viel Bewegung und gymnastische Übungen, um die Knochen zu stärken sowie eine Umstellung auf vollwertige Ernährung, denn bekanntlich zählen leere Kohlenhydrate wie Zucker und Auszugsmehle zu den Kalkräubern. Deshalb beachte man besonders den Mineralstoffgehalt der Nahrung.

## Knochenbrüche heilen schneller mit Beinwell

Ein altbewährtes Mittel bei Brüchen ist, wie der Name schon sagt, Beinwell; althochdeutsch «beinwalla», was soviel bedeutet wie «Zusammenheilen von Knochen». Eine andere Bezeichnung für dieses Heilkraut ist Wallwurz, oder wie der Apotheker es fachsprachlich nennt: «Symphitum». Nun hatte Beinwell Herrn S. M. aus dem fernen Kanada geholfen, den Schulterbruch vollständig zu heilen – erstaunlich, wenn man bedenkt, dass Herr M. schon im hohen Alter steht.

Lesen Sie aber selbst, was uns Herr M. zu berichten hat:

«Knapp vor Weihnachten bin ich so unglücklich gestürzt und habe mir die Schulter gebrochen, viermal, beziehungsweise an vier Stellen. Es war sehr schmerzhaft. Täglich habe ich mir die Schulter mit Symphosan eingerieben. Nach drei Wochen musste ich zur Untersuchung und zum Röntgen. Nach dieser Untersuchung sagte man mir: «Es ist alles wieder normal».

Bin so froh, dass mir dieses Präparat so wunderbar geholfen hat in meinem Alter von 80 Jahren.»

Mit Symphosan kann man die Bruchstelle einreiben oder in Beinwellabsud Bäder machen, und am Abend vor dem Zubettgehen zusätzlich Wallwurz-Creme auftragen.

*Die in unseren beiden Leserrubriken beschriebenen, persönlichen Erfahrungen geben wir authentisch wieder. Sie müssen deshalb nicht unbedingt mit der Auffassung der Redaktion bzw. deren medizinischer Fachberatungsgruppe übereinstimmen.*

---

## BIOCHEMISCHER VEREIN ZÜRICH

Einladung:

Öffentlicher Vortrag von G. Eichele:

Dienstag, den 18. Juni 1991, 19.45 Uhr.

Vereinshaus Glockenhof, Sihlstr. 33, Zürich.

Thema: Anwendung von Heilpraktiken wie Fussreflexzonenmassage und Kinesiologietherapie

---