

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 48 (1991)  
**Heft:** 10

**Rubrik:** Selbsthilfeforum : "Leser helfen Lesern"

### **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>**

## Anerkennung des Bio-Landbaus ist längst überfällig!

Nachdem Ende Juli die EG eine Verordnung über den ökologischen Landbau in Kraft gesetzt hat, wiederholt die Dachorganisation der Schweizer Bio-Bauern mit Nachdruck ihre Forderung nach einer rechtlichen Anerkennung des Bio-Landbaus auch in der Schweiz. Ein weiteres Abseitsstehen würde von vielen Konsumenten nicht verstanden. Zudem würde dies zu einer krassen Benachteiligung der Schweizer Bio-Bauern im Wettbewerb mit ihren Kollegen in den Ländern der EG führen, schreibt uns die Vereinigung schweizerischer biologischer Landbauorganisationen, der auch die Herstellerin der «A.-Vogel-Produkte», Bioforce AG, angeschlossen ist.

Die VSBLO begrüsst die EG-Verordnung über den ökologischen Landbau. Sie ermöglicht eine einheitliche Auslegung der Biolandbau-Richtlinien in allen EG-Ländern und fordert eine *eindeutige Kennzeichnung aller Bioprodukte*:

Importe aus Drittländern müssen gleichwertigen Anforderungen genügen. Gleichzeitig fordert die VSBLO aber mit Nachdruck, dass der Bio-Landbau nun endlich auch im schweizerischen Landwirtschaftsgesetz verankert und seiner Bedeutung für die Umwelt entsprechend gefördert wird. Der jetzige Vorschlag, den Bio-Landbau im Landwirtschaftsgesetz zusammen mit der integrierten Produktion unter dem Oberbegriff «besonders umweltschonender» Produktionsweisen zu regeln, wird der langjährigen Tradition und besonderen Bedeutung des Bio-Landbaus in keiner Weise gerecht und würde zu einer krassen Benachteiligung der Schweizer Bio-Bauern im Wett-

bewerb mit ihren Kollegen in der EG führen. Die Richtlinien für die Schweizer Bio-Bauern sind schon heute strenger als jene der EG-Verordnung. Während sich die EG-Regelung auf die pflanzliche Produktion beschränkt, garantieren die Schweizer Bio-Richtlinien auch eine tiergerechte Haltung und Fütterung. Einzig bei den verarbeiteten Produkten besteht ein wesentlicher Unterschied zwischen EG-Regelung und Knospen-Richtlinien.

Die Deklarationsvorschrift der EG verlangt, dass mindestens 95% der Komponenten biologisch sein müssen. Die Schweizer Richtlinien hatten, angesichts des herrschenden Mangels an Bio-Produkten, bisher nur 80% verlangt. Bereits hat die VSBLO jedoch eine Übergangsregelung ausgearbeitet, die noch in diesem Herbst als Teil der VSBLO-Verarbeitungs-Richtlinien definitiv verabschiedet werden wird.

## Selbsthilfeforum «Leser helfen Lesern»

Unsere Leserinnen und Leser erinnern sich vielleicht noch an einen äusserst aktuellen Hilferuf von Herrn W. P. zum Thema Neurodermitis, einer Erkrankung, die immer häufiger unter der Bevölkerung auftritt. Vor allem Kinder sind von der entzündlichen Hauterkrankung betroffen. Der peinigende Juckreiz kann so stark sein, dass sich die Erkrankten im akuten Stadium ständig wundkratzen.

Wir sind Frau R. dankbar, dass sie wertvolle Ratschläge aufgrund ihrer eigenen Erfahrungen geben konnte und zitiert nachstehend ihren Brief:

«Ich bin 37 Jahre alt und habe 9 Jahre Neurodermitis hinter mir, in der schlimmsten Form. Dank den Behandlungen bei meinem Arzt für Naturheilverfahren in Zürich

vor zwei Jahren, beginne ich nach 10 Jahren buchstäblich ein neues Leben.

### **Verschiedene Verfahren gleichzeitig**

Ich kann Sie auf Ihrem Weg, diese Krankheit über Naturheilverfahren anzugehen, nur unterstützen. Zudem glaube ich, dass ein Kind viel schneller auf Impulse der Natur reagiert als ein älterer Mensch.

Ich habe mehrere Therapien gemacht, gleichzeitig beim selben Arzt. Ich habe diese Ihnen stichwortartig aufgeführt:

*Symbioselenkung:* Es geht darum, die Darmflora aufzubauen, die bei den meisten Neurodermitikern erheblich gestört ist. Diese Therapie ist bei Kindern sehr gut durchführbar. Seit ich die Symbioselenkung mache, ging es mir immer besser. Es gab zwar kleinere Rückfälle, von denen ich mich immer wieder rasch erholte. Seit Anfang 1991 keine Rückfälle mehr.

*Nahrungsmitteltest:* Sehr einfach durchzuführen. Blut einschicken genügt. Ich war auf viele Nahrungsmittel allergisch. Dadurch, dass ich genau wusste auf was, konnte ich die Speisen konsequent meiden. Heute kann ich das meiste wieder essen. Wo ich noch Reaktionen habe, ist bei sämtlichen Kuhmilchprodukten. Schaf- und Ziegenmilchprodukte bekommen mir gut, vorausgesetzt, sie sind nicht mit Kuhmilch vermischt. Auch Sojamilch vertrage ich gut.

**Lange Zeit habe ich jeglichen Zuckerkonsum eingestellt, das bekam mir sehr gut. Meine Sucht nach Süßigkeiten verschwand dabei allmählich. Bis heute esse ich kaum Süßigkeiten.**

Falls Ihr Sohn aber auf Kuhmilch allergisch sein sollte, würde ich versuchen, eine gewisse Zeit Kuhmilch auszuschalten und beobachten, ob die Haut besser wird. Wichtig ist, die Diät auf den Menschen abzustimmen. Dabei hilft der Nahrungsmitteltest.

*Candida Albicans* ist ein Pilz im Darm, der sich bei gestörter Darmflora übermässig entwickeln kann. Fäulnisprozesse werden dabei gefördert, anstatt Gifte über den

Darm auszuscheiden, werden diese über die Haut ausgeschieden. Das übermässige Wachstum der C. A. schwächt das Immunsystem.

*Haaranalyse* deckt Mängel der Mineralstoffe im Körper auf, die zur Stärkung des Immunsystems notwendig sind.

### **Den eigenen Weg finden**

Es liesse sich noch vieles schreiben. Vielleicht ist Ihnen einiges schon bekannt. Ich denke, dass es nicht *die* Behandlung für Neurodermitis gibt; jeder muss selber seinen Weg suchen und finden.»

In der Beilage erwähnte Frau R. auch die «*Rotationsdiät*», die in dem Buch von Dr. med. J. Juchheim und J. Poschet unter dem Titel «Immun» beschrieben ist. Das Buch ist im BLV-Verlag, Zürich, München, Wien, erschienen. Bekannt ist auch die Diät von Frau Erika Steiner, die sogenannte «*Steinerdiät*», zusammengefasst in einem Buch aus dem Hippokrates-Verlag.

Wie aber Frau R. in ihrem Brief ausdrücklich betont, gibt es keine Patentmedizin gegen diese Erkrankung. Aus ihren Ausführungen geht hervor, dass die Neurodermitis in erster Linie der Ganzheitsbehandlung, wie es Dr. h.c.A. Vogel und andere Naturheilkundige fordern, zugänglich ist.

Eine andere Leserin erteilte folgende Ratschläge, die wir auszugsweise zitieren:

«Ich bin 47 Jahre alt und habe seit drei Jahren diese nervöse Hauterkrankung. Die beste Erfahrung mache ich mit der klassischen Homöopathie. Mit den vom Arzt gegebenen Mitteln bin ich monatelang beschwerdefrei, ausser hie und da leichter Juckreiz, den ich mit folgenden Methoden behandle: *Echinacea-Salbe, Molke-Bäder, Molke-Trinkkuren, Aromatherapie:* In Form von Vollbädern mit leichten, ätherischen Ölen. *Ernährung:* Vorübergehender Milcheiweissverzicht, Molke und Sojamilch sind ein guter Ersatz.»

An dieser Stelle wollen wir unsere Leser über die Erfahrungen von Frau V. in Kenntnis setzen, die uns folgendes berichtet:

### Schmerzhafte Röschen-Flechte

«Schon seit meiner Kindheit leide ich unter einer sehr empfindlichen und ständig geröteten, teils entzündeten Haut. Der ganze Körper ist davon betroffen – nicht lediglich gewisse Körperpartien. Nach einer Blinddarmoperation mit einer einhergehenden schweren Erkältung im Krankenhaus, erkrankte ich an einer sogenannten *Röschen-Flechte*, die hauptsächlich aufgrund eines geschwächten Immunsystems (Operation inbegriffen) auftreten kann. Die Haut war jetzt an vielen Körperstellen derart mit roten Bläschen (die wie Röschen aussehen – daher Röschen-Flechte) übersät und entzündet, dass das blanke Fleisch hervorsah. Die Schmerzen waren mit dem ständigen Juckreiz sehr unangenehm. Ausserdem schien mein ganzer Körper zu brennen.

### Molke, Kalkpuder und Heilfasten

Die vom Hautarzt verschriebene Salbe hatte keinen Nutzen erbracht, ausserdem durfte diese nicht grossflächig aufgetragen werden. Doch es war mein ganzer Körper betroffen. Röschen-Flechte gilt als unheilbar! Ich entschloss mich, den «Kleinen Doktor» zu befragen und erhielt aufschlussreichen Rat. Also betupfte ich morgens und abends den ganzen Körper mit unverdünnter Molke und anschliessend mit biologischem Kalkpuder (Urticalcin). Nicht nur das. Ich entschloss mich auch für ein 8tägiges Heilfasten, trank reichlich Kefir hinterher und ernährte mich vollwertig. Nach nur zwei Wochen waren nicht nur die ganze Entzündung und der Schmerz vorbei, sondern ich hatte eine so schöne Haut wie nie zuvor! Jetzt trug ich auch Echinacea-Creme auf. Schliesslich nur noch einmal pro Woche nach dem Baden Molke und eine gute Kräuter-Körpercreme. Natürlich nahm ich auch Echinacea-Tropfen ein.

**Bis zum heutigen Tag ist die Flechte nicht mehr in Erscheinung getreten und mein gesamtes Hautbild hat sich gebessert.**

Herzlichen Dank für die vielen guten Ratschläge aus den «Gesundheits-Nachrichten» und dem Buch «Der kleine Doktor».

Zu den weiteren beiden Anfragen liegen bis jetzt noch keine Antworten vor. Dies ist wohl damit zu begründen, dass es für Östrogene keinen gleichwertigen Ersatz auf pflanzlicher Basis geben kann, da Hormone körpereigene Substanzen sind. Aber auch hier bietet die Naturheilkunde im Rahmen der Ganzheitsbehandlung ausreichende Möglichkeiten für eine bessere Lebensqualität. Beim Ausbleiben der körpereigenen Östrogenproduktion verordnet der Arzt in der Regel Hormonpräparate.

*Verdickte Fussnägel*, wie sie bei älteren Menschen oft auftreten, beruhen auf einer Stoffwechselstörung in der Nagelsubstanz. Bewährte homöopathische Mittel gegen diese Störung sind Sepia D6 und Antimonium crudum D6. Jede Fusspflegerin kann die verdickten Nägel geschickt abschleifen. Da die Nägel ohnehin spröde sind, sollte man sie täglich mit einer Fettcreme pflegen und öfters ein warmes Kräuterfussbad machen. Vielleicht weiss noch jemand einen diesbezüglichen Rat für Frau M. F.

Wir bedanken uns nochmals bei unseren Lesern für ihre grosse Hilfsbereitschaft.

### Neue Anfragen:

**Die rege Beteiligung der Leserschaft an unserem Selbsthilfeforum ermuntert uns, weitere Anfragen an unsere Leser zu richten. Dieses Forum «Leser helfen Lesern» steht jedem zur Verfügung. Schreiben Sie uns bitte, wenn Sie ein ungelöstes gesundheitliches Problem haben. Vielleicht findet man auch für Sie die geeignete Lösung.**

Frau A. Sch. hat Probleme mit ihren Zehen: Hammerzehen! «Während der kalten Jahreszeit wickle ich meine Füsse in der Nacht in Baumwolltüchlein ein, die getränkt sind mit kaltgepresstem, geruchsfreiem Olivenöl. Ich erhoffe damit eine Erweichung und Rückbildung des Knöchleins, dem war aber bisher nicht so. Muss seither immer Spezialschuhe tragen. Bei

festlichen Anlässen würde ich aber so gerne einen eleganten Schuh tragen. Das geht aber nicht wegen diesen Druckstellen, die sehr schmerzhaft sind. Für Ratschläge mit Erfolgsaussichten wäre ich dankbar.»

Frau M. H.: «Ich leide an *Ekzemen an den Händen*, die sich mit Eiterbläschen kennzeichnen, die dann später aufspringen. Ich war schon beim Hautarzt. Er meinte, es gäbe viele Frauen mit Kindern aus dem Bauernhaushalt, die das hätten, es komme, weil sie viel mit Wasser und Erde zu tun hätten sowie auch von der Umwelt. Ich hoffe nun, dass mir jemand einen Tip geben kann, was ich tun könnte.»

Herr R. G.: «Ich bin kurzsichtig und trage eine Brille zum Autofahren und Fernsehen. Seit mehreren Jahren leide ich unter Binde-

hautentzündung. Wer kann mir aus eigener Erfahrung helfen?»

Frau B. A.: «Hat jemand vom verehrten Leserkreis der <Gesundheits-Nachrichten> Erfahrungen mit *Lichen ruber planus* – einer Flechte? Eine liebe Bekannte von mir (Alter 80 Jahre) leidet schon 30 Jahre lang an diesem Übel. Angefangen hat es im Mund mit kleinen Eiterbläschen. Abwechselnd zeigt sich diese Flechte an einem Unterschenkel. Ganz frei ist auch die Mundschleimhaut nie von den Bläschen. Momentan befindet sich am Unterschenkel eine handflächengrosse Kruste, die darunter nässend ist. Dort wo sich die Kruste gelöst hat, befinden sich kleine blutige Stellen. Bis heute konnte kein Arzt helfen gegen diese hartnäckige Flechte.»

## Erfahrungen aus dem Leserkreis

### Hautaffektionen im hohen Alter

Im Auftrag ihrer Mutter erhielten wir Mitte September 89 von Frau O. auszugsweise folgende Mitteilung:

«So wende ich mich vertrauensvoll an Sie, in der Hoffnung auf Hilfe für meine Mutter. Sie ist 85 Jahre, gesund an Leib und Geist.

Vor etwa einem Jahr bekam sie plötzlich ein schrecklich beissendes Ekzem an den Beinen. Der Hausarzt überwies sie zu einem Hautarzt, der ihr ohne viel Kommentar Medikamente verschrieb und nicht weiter auf ihre Fragen einging. Meine Mutter hat die Medikamente nicht genommen und mit Vertrauen und Geduld versucht mit allerlei Naturmitteln sich selbst zu heilen, leider ohne Erfolg.

Da das Ekzem nun auch langsam an den Unterarmen auftrat, ging sie wieder zu ihrem Hausarzt, der endlich Schuppenflechte diagnostizierte. Er empfahl Bestrahlungen usw., wogegen sich meine Mutter wehr-

te. Ausser dieser lästigen Flechte mit den unangenehmen Begleiterscheinungen fühlt sie sich nämlich wohl und bei bester Gesundheit.»

Aufgrund dieser Angaben haben wir der Mutter, Frau E. R., direkt geantwortet und ihr einige Naturheilmittel empfohlen; unter anderen waren es:

Ein biologisches Kalkpräparat, Stiefmütterchen, *Viola tricolor*-Urtinktur, Goldrute, *Solidago virg.*-Urtinktur, Lapachorinden-Tee und als Tafelgetränk Molke.

Als Ernährungshinweis haben wir Frau E. R. geschrieben:

«Was die Ernährung anbelangt, muss alles, was Weissmehl oder Weisszucker enthält, konsequent gemieden werden, aber auch alle Wurstwaren, Schweinefleisch, Eierspeisen, Kaffee, Schwarztee und alle Süsigkeiten. Auf diese Weise sollte es eigentlich möglich sein, den Ausschlag langsam wieder zum Abklingen zu bringen.»