

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 48 (1991)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Erfahrungen aus dem 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:** 14.04.2026

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

Eiweiss allergisch. Diese Allergie kann sowohl örtlich begrenzt als auch ganzkörperflächig auftreten. Es gibt auch Neurodermitiker, deren Belastung sich auf jene Körperteile begrenzt, die dem Sauerstoff ausgesetzt sind, oder solche, deren Erscheinungen nur unter der Bekleidung auftreten.

Aus dem Gesagten ergibt sich von selbst, dass der Körper von tierischem Eiweiss ferngehalten werden muss; also kein Fleisch (Geflügel eingeschlossen, ebenso wie Fisch), keine Wurst, keine Eier, keine Milch oder Milchprodukte. Dafür aber sehr viel Rohkost mit Nüssen, wenig freie Fette (zum Beispiel kann kalt geschlagenes Öl in geringen Mengen eingenommen werden), keine Fette (Margarine, Butter). Der Eiweiss- und Fettbedarf können ohne weiteres durch Nüsse (insbesondere Mandeln, Haselnüsse, wenig Paranüsse, keine Walnüsse) ausreichend gedeckt werden. Obst ist erlaubt (roh natürlich), jedoch ohne Orangen, Zitronen, Grapefruits, Limonen. Obst sollte nur frühmorgens gegessen werden. Der Grund dafür ist: Während des Tages ist der Stoffwechsel durchaus in der Lage, die mit dem Obst eingenommenen Säuren in Mineralstoffe umzubauen. Das tut er nachts nicht mehr in dem Ausmass.

Es gibt Neurodermitiker, die eine geringe Menge Kefir vertragen. Das ist aber Glücksache. Die beste Ernährung ist eine reine Rohkost unter der Zugabe von Pellkartoffeln. Grundsätzlich gibt es zur Rohkost kein Salz. Brot sollte so wenig wie überhaupt möglich gegessen werden. Das Frühstücks-Müesli nicht mit Milch anrühren! Ein Reform-Fruchtsaft tut's auch. Neurodermitiker sind meist sehr süsshungrig. Dem kann man abhelfen, indem man Kräutertees mit ein wenig Honig süsst. Auch geringe Mengen von Trockenfrüchten sind erlaubt.»

## Erfahrungen aus dem Leserkreis

### Erfolgsberichte über die Öltherapie

In unserer Juli-Nummer berichteten wir über das ungewöhnliche Heilverfahren der Öltherapie. Freundlicherweise sandte uns Herr O. A. Auszüge aus dem Mitglieder-

### Neue Anfragen

**Es erreichten uns wieder viele Briefe von Hilfesuchenden, die in unserem Selbsthilfeforum andere Leser um Ratschläge anfragen. Drei davon möchten wir Ihnen hiermit unterbreiten:**

Herr H. B.: «Ich habe auf dem Kopf eine Art 'Rüfe'. Vor zwei Jahren ging ich zu einem Hautarzt. Dieser sagte mir, sie sei harmlos, er wolle sie aber trotzdem wegfrieren. Nach einem Jahr war die 'Rüfe' wieder da. Ich betupfte sie nun schon seit längerer Zeit mit Thuja, doch ohne Erfolg.»

Frau M. H.: «Mein Mann leidet seit einigen Jahren an der Parkinsonschen Krankheit. Die vom Arzt verordneten Medikamente haben sehr starke Nebenwirkungen, und mein Mann lehnt sie ab. An dieser Stelle möchte ich gerne andere Leser bitten, ob es erfolgreiche Behandlungsmethoden mit homöopathischen Mitteln gibt, die das Leiden eventuell zum Stillstand bringen. Für Ratschläge bin ich bereits jetzt dankbar.»

Im Zusammenhang mit dieser Erkrankung schreibt uns auch Frau E. M.:

«Ich bin 55jährig, leide schon seit 10 Jahren an der Parkinsonschen Krankheit. Das rechtsseitige Zittern steht dabei im Vordergrund. Was kann man zusätzlich tun, um diese Erscheinung zu dämpfen?»

Frau H. S.: «Nach einer klinischen Ausschabung wurde festgestellt, dass die Gebärmutter voll Polypen war. Bei der Nachuntersuchung erklärte man mir, dass diese Behandlung wahrscheinlich jedes Jahr wiederholt werden müsse. Ich möchte das gerne verhindern. Gibt es ein Mittel, welches das Nachwachsen der Polypen bremst? Ich nehme zurzeit ein Östrogenpräparat ein.»

brief 1/1991 zum Thema Sonnenblumenöl, herausgegeben unter dem Patronat von Frau Dr. med. Veronika Carstens, Ehefrau des ehemaligen Bundespräsidenten. Frau

**Dr. Carstens setzt sich seit Jahren stark für die Belange der Naturheilkunde ein, und dies mit grossem Erfolg. Sie hat dafür einen Verein gegründet, der für seine Mitglieder die Informationsschrift «Mitgliederbriefe» herausgibt.**

Im folgenden nun einige Berichte über die erstaunlichen Erfolge der Öltherapie. Streng wissenschaftlich lassen sich solche Heilerfolge nicht erklären, denn die Volksheilkunde, aus der die Öltherapie hervorgegangen ist, beruht auf Erfahrungen, die von Generation zu Generation weitergegeben werden.

V. K. aus München: «Eine Veröffentlichung unter dem Titel 'Heilung durch Sonnenblumenöl?' im Mitgliederbrief Nr. 1/91 veranlasste mich, seit März 1991 täglich einmal Sonnenblumenöl in der beschriebenen Weise anzuwenden.

Schon nach wenigen Tagen besserten sich Folgen einer Nebenhöhlenentzündung (auch Kriegsfolgen) auffallend, und unerwartet wurde ich in den letzten Wochen selbst aufmerksam auf eine kontinuierlich verlaufende Besserung der Sehkraft meines linken Auges; wohl als Folge sehr harter Nachbehandlungen meiner Verwundung, hatte sich seit dem Krieg dessen Hornhaut so verbildet, dass seine Sehfähigkeit fast vollständig verloren war. Ich stelle mich gerne einer fachärztlichen Untersuchung zur Beurteilung dieser Vorgänge zur Verfügung.»

I. S. aus Gelsenkirchen: «Seit Monaten litt ich unter ständigen Magenschmerzen, für die kein Arzt eine Erklärung fand und die nur zeitweise durch Paspertin gebessert wurden. Seitdem ich jeden Morgen regelmässig und ab und zu auch tagsüber die Kur mit Sonnenblumenöl durchführe, geht es mir wesentlich besser. Es erstaunt mich immer wieder, dass schon während des Gurgelns mit dem Öl die Magenschmerzen nachlassen. Insgesamt kann ich einen deutlichen Rückgang der Beschwerden feststellen.»

L. N. aus Hannover: «Seit drei Jahren litt ich, eines defekten Darms wegen, an einem feuerroten, schmerzenden Ekzem, welches sich vom linken Nasenflügel nach dem Mund hinzog und auf Medikamente nicht mehr

ansprach. Als ich am dritten Morgen beim Frisieren in den Spiegel sah, traute ich meinen Augen nicht. Von dem Ekzem war nicht die leiseste Spur mehr zu sehen. Bis heute bin ich völlig sauber im Gesicht und unendlich dankbar dafür. Wie hässlich war doch dieses Mal im Gesicht.

Nun sind sechs Wochen vergangen, und die Wunder haben noch kein Ende genommen: Während über 30 Jahren musste ich in jedem Frühjahr und in jedem Herbst den HNO-Arzt wegen meiner – oft mit Fieber verbundenen – Stirn- und Nebenhöhlenentzündung konsultieren: Inhalationen, Spülungen, Bestrahlung. Oft hatte ich keine Stimme und der Hals schmerzte unsagbar, als wenn auf dem rohen Fleisch Pfeffer und Salz läge. In solchen Zeiten lag ich zu Bett.

Ich übertreibe nicht – wirklich nicht – jetzt, nach sechs Wochen, weiss ich nichts mehr davon. Meine Nasenwände sind seidenweich, meine Taschentücher nicht mehr wie geleimt und voller bräunlicher Flecken. Zusätzlich zu all diesem ist auch noch meine Bronchitis verschwunden!

Worte reichen nicht aus, um Ihnen für Ihre segensreiche Arbeit und für die Veröffentlichung dieses Artikels zu danken.»

*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 zum öffentlichen Vortrag:  
Dienstag, 19. November 1991, 19.45 Uhr, Vereinshaus Glockenhof, Sihlstrasse 33, Zürich.

Thema: «Anwendung der Schüssler-salze bei Grippe, Husten, Schnupfen, Harnleiden, Prostata u.a.m. – Wie stärken wir uns für den Winter?»