

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 49 (1992)  
**Heft:** 2

**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:** 22.02.2026

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

## Neue Anfragen

### Wer weiss Rat zu folgenden Gesundheitsproblemen, die unsere Leser in dieser Nummer an das Leserforum richten?

Frau M. K.: «Betrifft meine Augen: Es ist, als ob sich zeitweise ein Mücke vor dem Auge bewegen würde. Die Ärzte haben mir keine Diagnose gestellt, ausser, dass dies vielleicht eine Alterserscheinung sei. Ich bin 68 Jahre alt. Die Bemerkung der Ärzte: Es könnte mal eine Netzhautablösung geben. Ein schwacher Trost. Ich hoffe, dass Sie die Frage in Ihrem Forum 'Leser helfen Lesern' veröffentlichen werden.»

Frau CH. H.: «Wer weiss Rat bei Morbus Bechterew? Ich bin 47 Jahre alt und Vegetarierin. Alle diätetischen und homöopathischen Versuche haben keinen Erfolg gebracht. Ich turne jeden Tag, schwimme und wandere, jedoch die nächtlichen Schmerzen stellen sich täglich um 3 Uhr ein. Habe auch Ischiasschübe.»

Herr H. S.: «Seit einem Jahr bin ich gezwungen, wegen einer sehr hartnäckigen Stuhlverstopfung Abführmittel zu verwenden. Es war ein unglücklicher Umstand, dass ich über Nacht einen trügen Darm bekam. Wir leben seit vielen Jahren sehr gesundheitsbewusst und verwenden nur Vollkornprodukte. Auch gibt es täglich einen Rohkostteller mit Weisskraut, Sauerkraut, Möhren usw. vor dem Mittagessen. Ich trinke sehr viel Mineralwasser, Tee und auch täglich ein Glas Sauermilch. Als Abführmittel habe ich längere Zeit Früchtewürfel verwendet.

Es ist mir sehr unangenehm und belastet mich ausserordentlich, dass ich auf Abführmittel angewiesen bin, da es manche Probleme mit sich bringt. Wie kann ich von den Abführmitteln wieder wegkommen, oder welches harmlose Mittel könnte die Abführmittel ersetzen? Wer weiss Rat und Hilfe?»

Wir danken unseren Lesern und Leserinnen schon im voraus für Ratschläge, die sich für die Betroffenen als hilfreich erweisen könnten.

## Erfahrungen aus dem Leserkreis

### Beglückender Ausgang einer Krankengeschichte

Vor drei Jahren, nach einer argen Erkältung konnte ich meinen Kopf nicht mehr drehen. Der Hausarzt erreichte durch Spritzen und geschickte Massage etwas Lockerung.

Sieben Monate später wurde ich auf das Therapie-Institut von Dr. med. Brügger in Zürich aufmerksam. Nach eineinhalb Jahren allwöchentlicher Behandlungen erreichte der Therapeut eine bessere Körperhaltung und Reduktion der argen Schmerzen auf ein erträgliches Mass. Ich musste viel ruhen, damit die Schmerzen nicht zu heftig wurden und in den Kopf ausstrahlten. Seit vielen Jahren hatte ich mich lactovegetabil ernährt.

Im Frühjahr dieses Jahres habe ich mich auf Rohkost umgestellt und, in der Hoffnung allfällige Schlacken im Körper wegzubringen,

ging ich zusätzlich noch zu einem Naturheilpraktiker. Nur wenige Tage nach der Behandlung waren alle meine Schmerzen wie wegblasen. Auch alle übrigen arthrotischen Schmerzen an Knie und Handgelenk sind weg.

Das war vor acht Monaten, ich bin noch immer schmerzfrei und unendlich dankbar (Jahrgang 1914).

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.