

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 49 (1992)  
**Heft:** 8: Lebenswertes Alter

**Rubrik:** Leserforum

#### 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:** 21.02.2026

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

Im Leserforum veröffentlichen wir Briefe von Lesern und Leserinnen, die mit Naturheilmitteln eigene Erfahrungen gemacht haben, aber auch Hilferufe von Menschen, denen Beschwerden oder eine Krankheit zu schaffen machen. Wissen Sie, liebe Leserin, lieber Leser, aus eigener Erfahrung Rat? Dann teilen Sie Ihr Wissen mit, damit es einem anderen Menschen weiterhilft! Für Ihren Gesundheitstip und die damit verbundene Mühe werden wir uns mit einem kleinen Präsent bedanken. Briefe an:

### Redaktion

**A. Vogels Gesundheits-Nachrichten**  
**Leserforum**  
**Hätschen**  
**CH-9053 Teufen**

## Leserbriefe

### Das Wasser – ein Element mit mannigfaltiger Heilwirkung (GN Nr. 5)

«Die Fülle der Zuschriften auf meine Ausführungen über filtriertes Trinkwasser in der Mai-Nummer ist so gross, dass es mir nicht möglich ist, auf jede einzeln zu antworten. Ich möchte aber auf einige der Fragen auf diesem Weg antworten.

– Es gibt kein ohne weiteres trinkbares, d.h. einwandfreies Trinkwasser mehr. Als wir vor drei Jahren nach Lörrach kamen, war das hiesige Leitungswasser noch einigermassen akzeptabel; heute ist es gesundheitsschädigend.

– Fluoriertes Trinkwasser – wie das Basler Wasser – ist absolut gesundheitsschädigend. Fluor ist ein Zellgift. Es schwächt die körpereigene Abwehr und fördert das Krebswachstum.

– Mineralwasser ist kein Dauerersatz: Zahlreiche Mineralbrunnen sind heute schon mit Umweltgiften belastet. Außerdem ist die Umstellung auf Mineralwasser auf die Dauer sehr teuer.

– Wir testen laufend das Leitungs- und Mineralwasser aus den verschiedensten Gegen-

den der Schweiz, Deutschlands und dem Elsass. Mit Hilfe des EAP-(Elektroakupunktur-) Gerätes ist dies mit grosser Zuverlässigkeit möglich. (Ich hoffe, über diese Methode nächstens in den Gesundheits-Nachrichten berichten zu können.) Das erlaubt uns die gemachten Feststellungen. Dass auch filtriertes Wasser aus bestimmten Filtern unbrauchbar ist, ist ein weiteres Ergebnis unserer Tests.

Es ist erschütternd zu sehen, wie die Menschen sich systematisch krank essen. Dafür zahlen sie jede Menge Geld. Das gleiche gilt für das umweltbelastende Auto (mit oder ohne Katalysator). Über Kleider will ich nicht reden; aber auch sie sind den meisten Menschen wichtiger als so etwas Fundamentales wie ein gutes Trinkwasser. Das Wasser ist das A und O des Lebens. Mit ihm fängt die Gesundheit an. Mit den Lebensmitteln geht sie weiter. Darüber hat Dr. Vogel immer wieder Wegweisendes gesagt und geschrieben.»

*Dr. med. Theodor Binder, Basel*

## Selbsthilfe

### Discushernie

«Discushernie», so nennen die Mediziner in der Fachsprache den Bandscheibenvorfall. Unsere Wirbelsäule setzt sich aus verschiedenen Abschnitten zusammen, wie Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäule sowie dem Kreuzbein. Zwischen je zwei Wirbelkörpern, einer festen Knochensubstanz, befindet sich die Bandscheibe, die aus knorpeligem, weichem Gewebe besteht. Es ist verständlich, dass durch zivilisatorische Einflüsse, wie falsches Sitzen, Autofahren, Übergewicht und Bewegungsarmut, die Bandscheiben der gallertartigen Bandscheibe seitlich austreten und dadurch auf die in der Wirbelsäule verlaufenden Nervenstränge drücken können. Dieser Vorfall der Bandscheibe ist die Ursache für oft unerträgliche Schmerzen, wie beispielsweise den sogenannten Hexenschuss.

In der Region Basel gibt es seit einem Jahr eine Discushernie-Selbsthilfegruppe. «Bei uns

erhalten operierte und nicht operierte Bandscheibenpatienten Informationen. Wir bieten Erfahrungsaustausch, therapeutische Gymnastik, Warmbadgymnastik, Wanderungen und gemütliches Beisammensein. Auch wenn Sie in einer anderen Region eine eigene Gruppe gründen möchten, stehen wir mit Rat und Tat zur Seite!»

*Auskunft bei Hp.Thum, Binnergerstr. 19,  
4142 Münchenstein, Tel. 061/46 56 93.*

### Schwellungen an den Fussgelenken



**Der Beinwell, Grundlage von A. Vogels bewährtem Symphosan.**

Wetterlage zunehmend schmerzhafter. Vor einem Jahr bildeten sich in den Schwellungen ausserdem ziemlich feste Erhebungen, die aus der Haut hervortraten und sich anfühlten wie flache Steine. Durch öfters Befeuchten mit A. Vogels Molkosan liessen sich die Schwellungen lindern, aber nicht beseitigen. Als die steinharten Inseln in den Schwellungen sich noch vergrösserten, habe ich die mir bekannte Kohlblattbehandlung (siehe GN Juni 1992, Red.) begonnen. Bereits nach vier Wochen zeigten sich die ersten Besserungen. Die Schwellungen gingen erheblich zurück, und die Steine unter der Haut fühlten sich langsam weicher an.

Es brauchte Ausdauer und Zuversicht. Aber die allabendliche Kohlumwicklung kann ich nun aus eigener Erfahrung als sicher empfehlen. Schon nach einigen Minuten Ruhelage im Bett ist die geheimnisvolle Affinität des Kohlblattes gegenüber derartigen Gelenkschwellungen zu spüren. Sie gehen zurück und

sind am Morgen fast verschwunden. Meine durch den Kohl aufgeweichten Verhärtungen wurden auch immer kleiner. Ich werde die Behandlung natürlich fortsetzen, bis der letzte Rest der Alterserscheinung beseitigt ist. Denn es sind, so glaube ich, Ansammlungen von Schadstoffen, die auch verantwortlich sein können für die starken Schmerzen.»

Diesem Erfahrungsbericht kann noch beigefügt werden, dass die Kohlwickel hervorragend ergänzt werden durch das bewährte Pflanzenheilmittel, das Alfred Vogel aus dem Beinwell entwickelt hat: Symphosan. Unter dem Titel „Krautig, zäh und heilend für Knochen und Gelenke“ haben wir in der April-Ausgabe der GN ausführlich darüber berichtet.

### Arm- und Schulterschmerzen

Dazu schreibt uns Frau M.A. den Rat:

«Vor Jahren habe ich auch Schmerzen im rechten Arm gehabt. Elektrowellen und Tabletten haben nichts genutzt. Dann badete ich den Arm in mit warmem Wasser verdünntem Apfelsaft, morgens und abends. Nach 10 Tagen war der Schmerz weg.»

Ein anderer Leser schreibt uns aus Kanada, dass ihm Wallwurz (Symphytum) geholfen hat, die Schmerzen zu lindern:

«Am 17. Dezember 1991 habe ich mir die Schulter an vier Stellen gebrochen. Unbeschreiblich stark waren die Schmerzen und kaum zu ertragen. Nachdem ich die Stelle aber jeden Abend und Morgen mit Symphosan eingerieben habe, empfand ich schnell danach eine Erleichterung. Nach drei Wochen musste ich ins Krankenhaus zur Röntgenaufnahme, und da sagte mir die Ärztin, es sei besser geheilt als erwartet. Wie froh und dankbar bin ich für dieses Mittel, für Symphosan.»

### Netzhautablösungen

Besonders ältere Menschen werden häufig mit Augenproblemen konfrontiert. Eine jährliche Vorsorgekontrolle beim Augenarzt wäre deshalb anzuraten. Ihre Erfahrung mit Netzhautablösung schildert uns Frau S.A.:

«Ich bin heute 65 Jahre alt und hatte vor ca. 10 Jahren dreimal Netzhautablösungen und

diese Mücken vor und nach der Operation. Durch Zufall kam ich auf das Schüssler'sche Funktionsmittel Calcium fluoratum in homöopathischer Form und nahm es auch ein. Seither war weder eine Operation notwendig, noch sind irgendwelche sogenannten Mücken aufgetreten.»

Auch Frau A.O. schreibt uns von den guten Erfahrungen, die sie mit homöopathischen Mitteln gemacht hat.

«Vor 5 Jahren hatte ich die gleichen Symptome in meinem rechten Auge. Wie ein Mükkentanz und zeitweilig das Gefühl, es hänge mir ein Spinnennetz vor dem Auge. Kurz zuvor hatte ich mir das Buch von Ulrich Rückert «Dr. Schüsslers Hausapotheke» aus dem Delphin-Verlag gekauft. Im Artikel «Das Gefässmittel Calcium fluoratum» las ich, dass die obigen Symptome durch einen Elastizitätsverlust entstehen. Wenn man frühzeitig dieses Mittel einsetzt, dann ist weitgehend eine Besserung zu erwarten.»

Eine Selbstbehandlung bei Netzhautablösungen oder bei grauem Star wäre mit diesen Mitteln unter Umständen gefährlich, so gut sie auch in manchen Fällen helfen mögen. Das letzte Wort hat immer noch der Augenarzt, denn unsere Augen sind ein kostbares Sinnesorgan.

## Anfragen

Viele Leser der Gesundheits-Nachrichten suchen nach Möglichkeiten alternativer Behandlung mit Naturheilmitteln. Sicherlich findet sich jemand, der einen Hinweis auf folgende Fragen geben kann:

### Rheuma

Frau J.H.: «Auch ich begrüsse den Erfahrungsaustausch in Ihrem Selbsthilfeforum. Seit eindreiviertel Jahren leide ich an Polymyalgia rheumatica. Offenbar gibt es zur Behandlung dieser sehr schmerzhaften Erkrankung nur die Anwendung von Cortison. Da ich mir der schädlichen Folgen dieses Medikaments bewusst bin, suche ich ein alternatives Mittel.

Vielleicht weiss jemand im Leserkreis aus eigener Erfahrung einen Rat.»

(Bei diesem Leiden handelt es sich um eine rheumatische Erkrankung, verbunden mit Muskelschmerzen, die in verschiedenen Körperteilen auftreten.)

### Alzheimersche Krankheit

Frau U.Sch.: «Weiss jemand einen Stopper oder wenigstens eine Bremse für die Alzheimer-Krankheit?» (Unter der Alzheimer-Krankheit, die um das 50. Lebensjahr auftreten kann, versteht man die unaufhaltsam fortschreitende, meistens erblich bedingte degenerative Erkrankung der Grosshirnrinde.)

### Augenlidzucken

Herr F.v.L.: «Ich möchte Ihre Leser hiermit anfragen, ob man mir helfen könnte gegen Augenlidzucken und laufende Nase. Sobald die Luft ein bisschen kühl wird, läuft mir die Nase, manchmal ganz schlimm. Der Augenarzt erklärte mir, dass es Spasmen seien, und er konnte mir gegen das Augenlidzucken nichts geben. Der HNO-Arzt konnte in der Nase nichts feststellen. Vielen Dank im voraus für Ihre Bemühungen.»

### Depression

Frau G.Z.: «Vor 4 Jahren erlitt ich eine schwere Depression mit furchtbaren körperlichen Beschwerden. Mich quälen immer Angstzustände mit Verkrampfungen und Verspannungen im Atmungsbereich. Nicht-Durchatmen-Können, beengende Gefühle bei Erregbarkeit sind die Symptome. Psychopharmaka waren momentan eine Hilfe. Nach dem Absetzen haben sich wieder die alten Beschwerden eingestellt. Ich bin 63 Jahre alt.»

### Prostata

Herr M.W.: «Ich bin 75 Jahre alt und habe schon längere Zeit etwas Beschwerden mit der Prostata (kein Krebs). Operation kommt nur im Notfall in Frage, obwohl Ärzte immer zur Operation tendieren. Kann mir jemand gute Erfahrungen mitteilen? Im voraus recht herzlichen Dank.»