

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 52 (1995)  
**Heft:** 5: Soweit die Füße tragen : gepflegte Füße, gesunde Beine  
  
**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:** 22.02.2026

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



Im Leserforum veröffentlichen wir Briefe von Lesern, denen eine Krankheit oder ein Leiden zu schaffen macht und die daher um den Rat anderer Menschen bitten. Viele hoffen, daß die Hilfsbrücke von Leser zu Leser ihnen weiterhilft. Und die Redaktion dankt allen, die sich die Mühe machen, einen Rat oder guten Tip aufzuschreiben.



## Erfahrungsberichte

Im März-Heft ging es um die Themen «Herpes im Auge» und «Tränende Augen». Wir leiten die Erfahrungsberichte gerne weiter, möchten aber darauf hinweisen, daß sie einen fachlichen medizinischen Rat weder ersetzen können noch wollen. Doch wir denken, daß das auf Patientenseite angesammelte Wissen und der Erfahrungsschatz unserer Leser anderen Lesern zugute kommen soll.

### Tränende Augen

Frau S. S. aus Bern tränen häufig die Augen, und sie möchte gern wissen, was sie dagegen tun kann.

Frau H. R. aus Reutlingen schreibt, ihr hätten Kompressen und Spülungen mit Tee aus Himbeerblättern geholfen, und empfiehlt, auch an eine Verstopfung des Tränenkanals zu denken, die ein Augenarzt durch einen kleinen Eingriff beseitigen könne.

Frau E. L. aus Frauenfeld teilt mit: «Vor zwei Jahren tränte mir erst das linke, dann das rech-

te Auge. Verschiedene Augentropfen und eine Durchspülung des Tränenkanals halfen nicht. Mit Optrex Augenwasser machte ich dann jeden Tag dreimal ein Augenbad, und nach kürzerer Zeit tränten die Augen nicht mehr.»

Frau J. A. aus Widen tippt auf Vitamin-B-Mangel, vor allem von Vitamin B2, und stellt die Frage, ob Frau S. S. bereits Leber und Bauchspeicheldrüse habe untersuchen lassen, denn diese Organe hingen mit den Augen zusammen.

Frau S. S. hatte nichts darüber geschrieben, ob sie sich in augenärztlicher Behandlung befindet. Möglicherweise, vor allem wenn gleichzeitig eine Rötung auftritt, wäre auch an eine Binde- oder Regenbogenhautentzündung als Ursache für das starke Tränen zu denken.

### Herpes im Auge

Frau B. C. aus Widen hatte um Rat gebeten, weil sie sehr unter häufigen Herpes-Anfällen leidet.

Frau G. G. aus Zürich schreibt: «Aus eigener Erfahrung mit dem lästigen Herpes-Virus kann ich Ihnen nur einen guten Rat geben: stärken Sie Ihr Immunsystem und nehmen Sie Vitamin B ein. Mit dreimal täglich je einer Tablette Bio Strath (Rekonvaleszenztabletten) werden Sie davon befreit sein. Ich wünsche Ihnen den Erfolg, den ich habe. Ich hatte früher schon 30 Impfungen ohne Nutzen!»

Eine vollkommen andere Erfahrung hat Frau E. B. aus Wil im Kanton St. Gallen gemacht: «Vor Jahren hatte ich oft Herpes auf der Hornhaut. Mein damaliger Hausarzt meinte, man solle nichts unversucht lassen. Und so wurde ich 1970 zum ersten Mal geimpft. Danach hatte ich vier Jahre keinen Herpes auf der Hornhaut mehr. Nach der nächsten Infektion ließ ich mich wieder impfen. Seither habe ich Herpes nur noch um die Augen herum und bei Schnupfen an der Nase. Nach einer Gürtelrose um das ganze linke Auge impfte mich mein jetziger Hausarzt 1991 noch einmal. Obwohl die Impfung umstritten ist, bin ich froh, sie gemacht zu haben.»

Frau U. S. aus Karlsruhe schreibt in einem längeren Brief unter anderem: «Aus persönli-

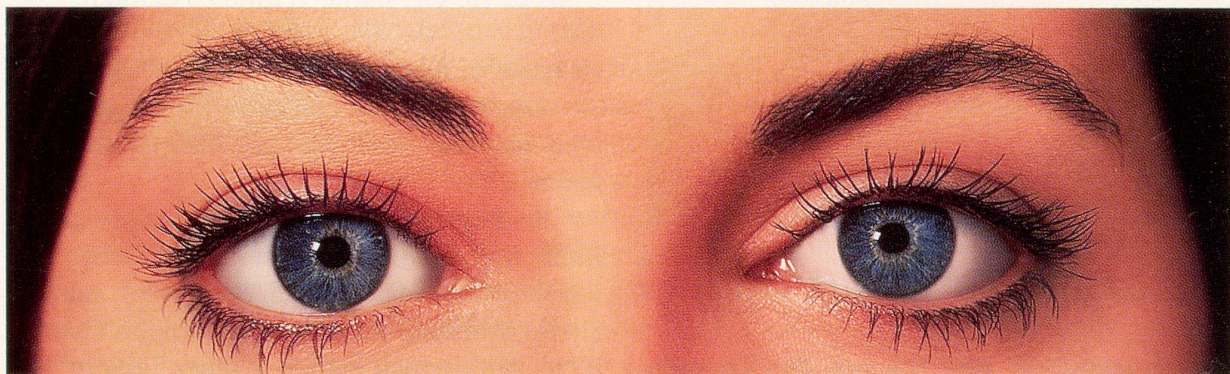


cher Erfahrung empfehle ich Ihnen zur Immunitätsverbesserung wöchentlich einen Fasten-tag. Nach acht Jahren wissen Sie vielleicht schon, wodurch die Ausbrüche ausgelöst werden (bei mir z.B. durch die Begegnung mit anderen Viren, etwa Schnupfen eines Enkels), und können dann vorbeugend Natrium chloratum D4 oder Kalium chloratum D4 (D6 tut's auch) einnehmen. Die Herpes-Viren lassen sich nicht umbringen oder vertreiben, aber ich habe seltener und weniger darunter zu leiden, allerdings «nur» im Mund-Nasen-Bereich.»

Frau A. R. aus Isny im Allgäu berichtet: «Mein Sohn litt stark unter Lippen-Herpes, alle zwei Wochen kamen die Bläschen massiv, so daß wir mit Salben nicht viel ausrichten konn-

Frau L. E. bezeichnet sich selbst als treue Leserin und schreibt aus Erlinsbach in der Schweiz: «Jahrelang litt ich an einem Herpes an der Nase. Aus anderen Gründen machte ich vor etwa drei Jahren über längere Zeit die sogenannte Sonnenblumenöl-Kur. Daraufhin stellte sich heraus, daß der Herpes verschwunden war. Ich war sehr froh darüber, und der Herpes plagte mich seither nie mehr. Ich bitte die Redaktion, Frau B. C. aus Widen mitzuteilen, wie man die Ölkur machen muß (die «Gesundheits-Nachrichten» haben ja auch schon darüber berichtet), und wünsche viel Erfolg.»

Die Redaktion wird Frau B. C. gerne den kleinen Artikel aus dem November-Heft 1994, Seite 31, zusenden.



ten. Deshalb versuchten wir es mit einem homöopathischen Mittel. Nachdem er täglich zweimal 10 Kügelchen Nosode Herpes simplex D12 eingenommen hatte, hörten die Herpes-schübe auf. Er bekommt die Bläschen nur noch selten, dann behandeln wir nur kurze Zeit mit dem Mittel.»

Frau W. K. aus Hamburg empfiehlt das homöopathische Mittel Rhus toxicodendron C9.

Der Leser Dr. H. S., ein Tierarzt aus dem Raum Zürich, teilt seine Erfahrung mit: «Sofort zu Beginn der Herpesanzeichen Wobenzym-N Dragées nach Gebrauchsanweisung einnehmen. Dies ist ein altbewährtes Präparat und besteht nur aus Enzymen. Voraussetzung sind gesunde Nieren, da es Eiweiße abbaut. Hersteller ist Mucos Pharma GmbH in D-82524 Geretsried. Erhältlich ohne Rezept in Apotheken.»

### Nochmals: Grüner Star

Im Nachtrag zu den Erfahrungsberichten zum Thema «Grüner Star» vom Februar 1995 schreibt Frau A. K. aus Oberndorf am Neckar: «Es gibt im W. Heyne Verlag in München das Buch *Millionen könnten besser sehen*, Heyne Medizinischer Ratgeber Nr. 8/4574, mit praktischen Augenübungen. Wenn Frau R. G. aus Signau diese Übungen macht, wird sie bestimmt Erfolg haben.»

### Doppelt sehen und Leseschwierigkeiten

Unsere 81jährige Leserin Frau G. U. aus Lyss findet die «Gesundheits-Nachrichten» «sehr nützlich» und schickt einen Bericht, von dem sie meint, mancher Leser könne daraus Nutzen ziehen: «Vor zwei Jahren hatte ich plötzlich Sehstörungen: doppelt sehen und nicht mehr lesen können. Sofort begann ich mit Akupressur. Mit Daumen und Zeigefinger



an der Nasenwurzel zwischen den Augen mit mittlerem Druck kreisend massieren. Nach zwei bis drei Tagen war alles wieder gut. Das Massieren habe ich beibehalten, und heute mache ich wieder feine Handarbeiten.»

## Neue Anfragen

### Schiefhals

Frau L. L. aus Zürich sucht Informationen und Kontakte: «Ich möchte Sie bitten, mein Anliegen im Leserforum zu veröffentlichen, und hoffe sehr, ein Echo zu erhalten. Seit zwei Jahren leide ich (weiblich, 31 Jahre) unter «idiopathischer cervicaler Dystonie, dt. Schiefhals». Trotz verschiedener Therapien hat sich die Krankheit nicht gebessert. Da es eine seltene Krankheit ist, kann man leider auch in Fachbüchern sehr wenig Informationen finden. Es wäre für mich unbeschreiblich wertvoll, mit Menschen in Kontakt zu kommen, die an der gleichen Krankheit leiden oder etwas über sie wissen. Vielleicht habe ich durch die Veröffentlichung meines SOS eine Chance dazu.»

### Veränderung der männlichen Brustdrüsen und Hydrozele/ Wasser in den Hoden

Herr P. E. aus Rotkreuz schreibt, bei seinen Fragen handle es sich um «heikle» Themen, und es sei wahrscheinlich, daß auch andere Männer insgeheim froh um einen Tip seien. Zu seiner Beruhigung: Es sind Themen wie andere auch, und man sollte so offen darüber sprechen wie über jede andere Störung des Körpers.

«Altersbedingt (49 Jahre) verändert sich mein Körper in Brusthöhe, so daß ich z.B. nicht mehr gerne «oben ohne» im Garten arbeite. Gibt es Mittel oder Möglichkeiten, der weiteren Vergrößerung der Brust entgegenzuwirken?

Vermutlich ebenfalls altersbedingt veränderten sich auch meine Hoden. Sie bekamen Filialen. Die rasche Untersuchung durch einen Arzt ergab: «Hydrozele»\*, es sei nur Wasser. Was kann ich tun?»

\*Mit Wasserbruch oder Hydrozele bezeichnet man eine Ansammlung von klarer

Flüssigkeit in der Hülle, die die Hoden umgibt (die Red.).

### Haare wachsen nicht

Bei Frau C. H. aus Gerlingen, Mutter zweier kleiner Töchter, mußten die ursprünglich langen Haare im Laufe der Zeit wegen Haarsplisses immer kürzer geschnitten werden. «Nach meiner Beobachtung wachsen sie jetzt lediglich am Pony etwas nach, aber ansonsten nicht mehr. Seit über einem Jahr nehme ich ein Silicea-Magnesium-Kalzium-Präparat ein, aber bis heute hat sich keine Besserung gezeigt (die Nägel dagegen wachsen fast zu schnell). Ich wasche meine Haare einmal wöchentlich mit einem guten Shampoo und gebe etwas Schaumfestiger auf den Pony.»

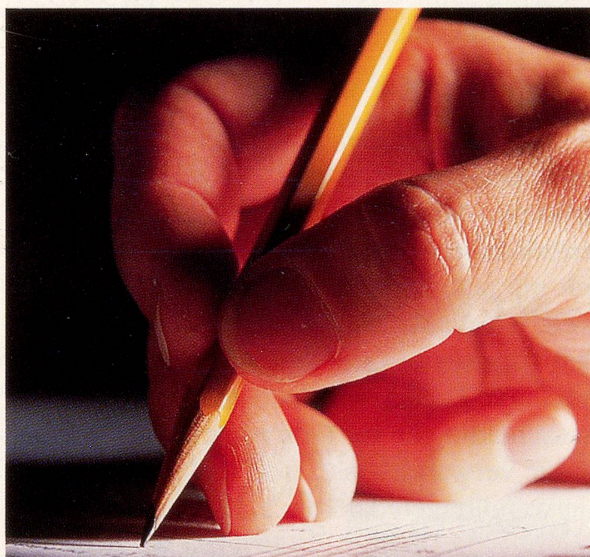
Ob ihr Problem groß oder klein ist, schreiben Sie uns. Wenden Sie sich an uns, wenn Sie Hilfe wünschen oder Rat wissen. Wir bedanken uns für alle Zuschriften und möchten darauf hinweisen, daß dieser Service selbstverständlich kostenlos ist. Legen Sie also bitte kein Geld bei.

Verlag A. Vogel

«Gesundheits-Nachrichten»

Leserforum

Hätschen, CH-9053 Teufen





# Leserbriefe

## Absteigender Mond

GN 12/94, «Mondrhythmus und Fruchtbarkeit»

Beim biodynamischen Landbau geht es nicht nur um die Mondphasen. Abnehmender und absteigender Mond sind nicht dasselbe. Der absteigende Mond beschreibt täglich einen etwas kleineren Bogen am Himmel. Seine Aufgangsorte verschieben sich in Richtung Südosten und seine Untergangsorte in Richtung Südwesten. Bringen wir Jungpflanzen von einem Standort zum anderen, wählen wir dazu den Zeitraum des absteigenden Mondes, der nicht verwechselt werden sollte mit den Lichtphasen des abnehmenden Mondes.

*Hedwig F., Estavayer-le-Gibloux*

## Eigenharn

GN 3/95, «Die Sache mit dem eigenen Harn»

Ich habe mit Interesse und Freude Ihren Artikel gelesen. Ich bin der Ansicht, daß diese Flüssigkeit für manchen ein gutes Heilmittel sein könnte. Ich möchte, daß man das heilende Agens (Wirkstoff – die Red.) findet, es anreichert und dann daraus ein gutes, nebenwirkungsfreies Medikament erarbeiten könnte. Ich habe im Eigenverlag das Buch «Eine Apotheke in dir» herausgegeben. Es ist zu bestellen bei Dr. U. E. Hasler, Oberer Graben 12, CH-9000 St. Gallen.

*Dr. Hasler, St. Gallen*

Ein Ausscheidungsprodukt (wir essen ja auch keinen Kot) bleibt ein Ausscheidungsprodukt. Vorausgesetzt, ich ernähre mich natürlich, lebe mehr oder weniger harmonisch mit mir selbst, dient mein Urin der Pflanzenwelt. Wie mancher Löwenzahn ist schon durch den (tierischen und menschlichen) Urin gewachsen. Lassen wir doch die menschlichen Ausscheidungen zur Erde zurück, die göttliche Natur verwandelt sie, und wir genießen die Umwandlungen dankbar in höherer Form.

*Brigitte M., Zofingen*

## Wenn die Haut zur Hölle wird

GN 3/95, «Neurodermitis»

Sie erwähnen Hausstaub an erster Stelle unter den Allergie-Auslösern. Vor etwa 30 Jahren (meine Kinder waren 6 und 9 Jahre alt) litt ich längere Zeit unter einem fürchterlichen Ekzem an beiden Unterarmen und Händen. Nach Allergietests mit 50 Substanzen lautete die Diagnose: Allergie auf Hausstaub. Meine damals noch naive und laienhafte Frage, was man dagegen tun könne, beantwortete der Arzt so: nicht mehr haushalten. Nach all dem nervenzehrenden Beißen und Kratzen, den geröteten wunden Händen und Armen, den Salben und Verbänden – mit Mann, Haushalt und zwei kleinen Kindern – schien mir diese Antwort eine Ungeheuerlichkeit. Der Arzt sagte noch, meine Haut sei mein Problem, nicht seines – und wenn ich es loswerden wolle, müsse ich die Ursache beseitigen. Ich erkannte, daß «die Medizin» mir nicht weiterhelfen konnte. Ich suchte Kontakt mit dem Kneipp-Verein und der «Volksgesundheit» und besuchte viele Vorträge. Einer regte mich an, eine dreiwöchige Fastenkur nach F. X. Mayr zu machen. Meine Hände und Arme waren danach fast geheilt. Und noch seltsamer: 22 Jahre lang haushaltete ich normal wie andere Hausfrauen, kein Hausstaub plagte mich! Diese persönliche Erfahrung dient vielleicht anderen Kandidaten unter 50 Jahren als Ratschlag.

*H. I., Gümligen*

Ich hatte über 25 Jahre Tag und Nacht sehr schlimmen Juckreiz in den Ohren und auch am Mastdarm. Ohne Erfolg war ich bei vielen Spezialisten. Ich wußte fast keinen Ausweg mehr und wollte nicht mehr leben. Bis ich zu einem jungen Arzt in der Nähe kam, der mich beim vierten Termin fragte, was für eine Kindheit ich gehabt hätte. Ich mußte sofort sehr weinen, weil das eine schlimme Zeit war. Nach einem Jahr Gesprächstherapie konnte ich die Vergangenheit loslassen und ein neues Leben beginnen. Seit sechs Monaten spüre ich kein Jucken mehr. Jeden Tag geht es mir besser und besser, und ich bin sehr glücklich darüber.

*Erika E., Volketswil*