

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 53 (1996)  
**Heft:** 3: PMS - die Tage vor den Tagen : die Ursache und die probaten Mittel  
  
**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:** 25.02.2026

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



Im Leserforum veröffentlichen wir Briefe von Lesern, die andere um Hilfe bei verschiedenen Gesundheitsproblemen bitten. Diese Rubrik ist also eine Art Börse zum Erfahrungsaustausch. Wir geben die Ratschläge unverändert weiter und müssen deshalb darauf hinweisen, dass es sich jeweils um ganz persönliche Erfahrungen handelt, die nicht in jedem Fall auf eine andere Person in gleicher Weise anzuwenden sind. Bleiben Sie daher kritisch und beanspruchen Sie im Zweifelsfall fachlichen Rat. • IZR

## Erfahrungsberichte

Im Januar-Heft hatten Leser um Ratschläge zu den Themen Gürtelrose und Blasenentzündung gebeten, zwei häufigen Krankheitsbildern, die vielen zu schaffen machen. Da der Redaktionsschluss immer vier bis fünf Wochen vor Erscheinen der Gesundheits-Nachrichten liegt, ist es möglich, dass wir nicht alle Briefe zu den jeweiligen Themen publizieren können. Sie dürfen aber sicher sein, dass alle Ratschläge an die Fragesteller weitergeleitet werden.

### Gürtelrose

Die Gürtelrose oder Herpes zoster ist eine Infektionskrankheit von Nerven, die bestimmte Hautgebiete versorgen. Sie ist verbunden mit einem sehr schmerzhaften Ausschlag, bei dem zunächst kleine rote Flecken auftauchen, die schnell zu Bläschen werden, innerhalb von drei Tagen gelb werden, abflachen, austrocknen und eine Kruste bilden. Solange die Bläschen vorhanden sind, ist die Krankheit ansteckend, denn sie ist verursacht durch das Varicella-Virus, das auch die Windpocken auslöst. Im Prinzip kann die Gürtelrose alle Körperteile betreffen, häufig erscheint sie aber am Rumpf und im Gesicht, auch die Augen können betroffen sein. Erstes Krankheitsanzeichen ist eine hohe Schmerzempfindlich-

keit der Körperregion, in der nach einigen Tagen der Ausschlag erscheinen wird. Während die eigentliche Gürtelrose nach einigen Wochen verschwindet, bleibt bei einem Teil der Erkrankten ein postherpetischer Nervenschmerz zurück, der die Patienten sehr belastet. Gürtelrose kann in jedem Alter auftreten, ist aber bei Personen über Fünfzig und bei schwachen Immunsystemen am häufigsten.

Eine allgemeine Empfehlung ist daher, Feuchtigkeit, Zugluft und Kälte zu meiden und das Immunsystem zu stärken, sowohl durch eine geeignete Nahrung, als auch durch Mineralstoffe, Spurenelemente (Selen, Zink), Vitamine (B 12) und immunstärkende Mittel wie *Echinaforce* von A. Vogel (in D auch als Presssaft).

Die Spätfolgen von Herpes zoster lassen sich wesentlich mildern, wenn man bei Auftauchen des Ausschlags zum Arzt geht und sich mit antiviralen Medikamenten (z.B. *Aciclovir*, *Zovirax*) behandeln lässt.

Frau D. H. aus St. Gallen hatte geschrieben, dass ihre 84-jährige Schwester als Folge einer bösen Gürtelrose unter sehr starken Schmerzen leidet.

Frau N. M. aus Füllinsdorf, die auch auf *Aciclovir* zur Akutbehandlung hinweist, empfiehlt *rote Schüttelmixtur* aus der Apotheke.

Frau G. U. aus Lyss rät zur hochdosierten Einnahme von *Halibut Multivit-Kapseln*.

Herr F. P. aus Berlin schreibt: «In kürzester Zeit wurde bei mir die Gürtelrose mit dem homöopathischen Mittel *Mezereum D 4* vollkommen beseitigt. Auch eine Vollwerternährung ohne Fleisch und Wurst, Zucker und Weissbroterzeugnisse hat dazu beigetragen. Zum Abtupfen der Haut wurde *Teebaumöl* verwendet. Zusätzlich kann noch *Schüssler Salz Nr. 7 Magnesium phosph. D 3* eingenommen werden, um den Stoffwechsel zu fördern.»

Frau E. H. aus Nidau schreibt: «Ganz gute Erfahrungen machte ich mit dem Auftragen von Teebaumöl und Umschlägen mit Quark. Beim Essen alles vermeiden, was die Leber belastet, und Bifidus-Produkte, die die Nierentätigkeit aktivieren, vorziehen.»



Auch Frau E. L. aus Frauenfeld hat zum Abheilen der Gürtelrose Teebaumöl aufgetragen. «Die erkrankte Stelle blieb empfindlich, aber Schmerzen hatte ich nicht mehr.»

Frau I. R. aus Neustift in Österreich teilt mit: «Durch Einreiben mit 30-prozentiger *Propolisalbe* bin ich die Schmerzen losgeworden.»

Aus Sigmarszell schreibt Frau M. K.: «Dagegen hilft Galgant (aus der Hildegard von Bingen-Medizin). Täglich ein Glas Galgantwasser trinken und Umschläge damit machen. Zu bekommen bei: *Jura, Pharmazeutische Fabrik Gellwitzer KG, 78464 Konstanz, Nestgasse 2.*

Frau W. B. aus Kassel schreibt: «Im April 95 bekam ich plötzlich eine sehr böse Gürtelrose. Leider habe ich noch zeitweise starke Schmerzen. Obwohl ich im Alltag sehr belastet bin, habe ich gelernt, mir mehr Ruhe zu gönnen. Dazu haben mir folgende Medikamente geholfen: *Jarsin 300 (Johanniskrauttabletten von Lichtwer Pharma GmbH), Phytocell-Vitamin B Komplex-Kapseln, Mezereum-Homaccord-Heel, Gelsemium-Homaccord-Heel* und Umschläge mit verdünntem Retterspitz.»

Aus Locarno berichtet Herr F. P.: «Meine Frau (83) hatte letztes Jahr eine schwere Gürtelrose. Gegen die Schmerzen haben wir täglich zwei Mal Johannisöl eingerieben. Wichtig ist auch fleischarme Kost ohne Sossen und Gewürze. Wir wünschen Ihnen Erfolg und Geduld.»

Frau U.B. berichtet aus Jona im Aargau, dass ihrer Mutter innert kürzester Zeit *Rhustoxicodendron* geholfen habe.

Frau H. W. aus Reinach hat eine akute Gürtelrose mit Wickeln aus Quark und Hauswurzsaft in ganz kurzer Zeit in den Griff bekommen. Sie schreibt, sie habe Hauswurz im Garten angepflanzt und hoffe, einigen Lesern damit zu helfen.

Frau V. G. aus Brugg meint aus eigener Erfahrung, eine salzlose Kost (auch Brot) könne eine Gürtel-

rose heilen und Herr E. B. aus Steffisburg teilt mit, dass ihm in der Lukas-Klinik in Arlesheim geholfen wurde.

«Besorgen Sie sich Kohlblätter, möglichst aus Bioanbau», schreibt Frau M. G. aus Kressberg, «und machen Sie mit Tüchern Umschläge. Die äusseren grünen und frischen Blätter sind am wirksamsten. Säubern, mittlere dicke Rippe ausschneiden, mit der Flasche walzen, bis sie weich werden. Umschläge morgens und abends erneuern. Haut kann nassen oder eiten. So lange auflegen, bis die Haut heil ist.»

Herr Dr. Anselmi, Leiter der Klinik «Al Ronc» in Castaneda schreibt: «Ich möchte darauf hinweisen, dass bei allen Neuralgien, vor allem bei Neuralgien nach Gürtelrose sehr gute Erfolge mit Baunscheidtieren zu erzielen sind; ausserdem verstärkt dies die Abwehrkräfte des

LF - Galerie - Stilleben - Nature morte - LF - Galerie -



Antoine Berjon, Stilleben mit Blumenkorb, Lyon 1814



Körpers und die Immunlage, so dass vorsichtiges Baunscheidtieren auch bei geschwächten Personen mit gutem Erfolg angewandt wird.»

### Blasenentzündung

Zur Anfrage von Frau F. G. aus Buttikon teilt Herr L. S. aus Glashütte mit: «Füsse stets warm und trocken halten. Warme, lange Schlüpfer tragen, desgleichen ein warmes Unterhemd, das über die Oberschenkel reicht, und lange Hosen. Vor Beginn der Übergangszeiten dreiwöchige Kur mit Heilkräutergemisch aus 4 Teilen Ringelblumen-Blüten, 4 Teilen Brennesselkraut und 2 Teilen Schachtelhalmkraut vornehmen. Einen leicht gehäuften Teelöffel mit einer Tasse kochendem Wasser übergießen, bedeckt genau 6 Minuten ziehen lassen, abseihen, abkühlen lassen und lauwarm 3 mal täglich 3 Wochen lang ungesüsst in kleinen Schlucken trinken. Immunsystem mit einem Echinacea-Präparat stärken. Vor den Übergangszeiten: Milchsäurebakterien-Zäpfchen-Kur (Apotheke) in der Scheide. Täglich 2 bis 2,5 Liter trinken, lauwarm oder raumtemperiert, Kräutertee oder stilles Mineralwasser. Bei trotzdem auftretender Blasenentzündung 1 bis 3 kleine Tassen eigenen Morgenurin trinken, doch nur wenn keine allopathischen Medikamente eingenommen werden. Bei zu starker Erstverschlimmerung mit der Urinmenge zurückgehen und danach vorsichtig wieder steigern.»

Wie Herr L. S. empfehlen fast alle anderen Leser, viel zu trinken und den Unterleib und die Füsse warm zu halten (warme [Angora-] Unterwäsche, Strumpfhosen, Bäder, Massagen).

Herr A. G. aus Schwanden/Glarus sagt, er habe mit sehr gutem Erfolg den Nieren- und Blasentee *Solubitrat* der Firma Heumann angewandt, Frau R. S. aus Seon empfiehlt Bärentraubentee, während Frau T. aus Rehetobel eine halbe Knoblauchzehe in einer halben Tasse Milch 12 Stunden ziehen lässt und diese Mischung abends und morgens trinkt. Frau N. M. berichtet von einer neuen Studie eines Spitals in Boston, wonach Preiselbeersaft, über längere Zeit getrunken (0,3 Liter pro Tag), die Bakterien im Urin drastisch senkt.

Frau E. H. aus Nidau und Frau A. H. aus Gossau hatten vollen Erfolg mit *Nephrosolid-Frischpflanzentropfen* ( in D Nierentropfen) und *Nierentee von A. Vogel*.

Frau P. C. erzielt gute Erfolge bei Entzündungen mit reinem, natürlichem, ätherischem Teebaumöl, morgens und abends einen Tropfen auf einem Stück Würfelzucker und 1 bis 2 Tropfen Zitronenöl zur Geschmacksverbesserung.

Frau V. B. aus Zürich berichtet: «Über Jahre litt ich an Blasenentzündung, so dass ich bereits im Spätsommer mit gefütterten Schuhen aus dem Haus ging. Weil ich am Arbeitsplatz wenig Bewegung habe, kaufte ich mir ein Fitnessabonnement. Mit grosser Überraschung stellte ich nach etwa sechs Monaten fest, dass die Blasenentzündung fast nicht mehr auftauchte, und wenn, dann nur sehr spärlich, bis sie nach einem Jahr ganz verschwand.»

## Neue Anfragen

### Triefende Nase

Frau N. M. aus Füllinsdorf fragt die Leser um Rat, was man tun kann, wenn die Nase ohne Erkältung oder Schnupfen täglich wässrigen Ausfluss produziert.

### Augenringe

Herr M. S. aus Udligenswil schreibt: «Vor etwa 15 Jahren (mit 16) bekam ich dunkle Augenringe, mehrheitlich oberhalb der Augen. Mit zehn Jahren hatte ich, infolge eines nicht erkannten Harnröhrenknicks, eine Operation, bei der eine Niere entfernt wurde. In den letzten zwei bis drei Jahren haben sich die Augenringe ein wenig verringert. Haben Augenringe eine Bedeutung und wissen die Leser einen Rat?

Wenn Sie Rat suchen oder Ihre Erfahrungen mitteilen möchten, schreiben Sie bitte an:

**Verlag A. Vogel**  
**Gesundheits-Nachrichten**  
**Leserforum**  
**Postfach 63, CH 9053 Teufen**