

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 54 (1997)  
**Heft:** 9: Was Sie schon immer über Äpfel wissen wollten

**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>**

# Das Leserforum

Diese Rubrik steht offen für den Erfahrungsaustausch der Leser untereinander. Wir bitten alle Ratsuchenden, ihr gesundheitliches Problem so genau wie möglich zu beschreiben, damit die Antworten auch wirklich hilfreich sein können. Wie immer müssen wir darauf hinweisen, dass die eingesandten Ratschläge auf subjektiven Erfahrungen beruhen und die Konsultation eines Therapeuten nicht ersetzen.

## Erfahrungsberichte

### Kloss im Hals/Globus-Syndrom

Im Juli veröffentlichten wir die Anfrage von Frau M. K. aus Stuttgart, die unter dem Globussyndrom oder Kloss im Hals mit unangenehmer Enge, Fremdkörpergefühl und Behinderung von Schlucken und Atmen leidet. Meist gibt es für das Klossgefühl keine organische Ursache, obwohl viele Betroffene meinen, ihr Adamsapfel habe sich vergrössert oder verschoben. Vielfach liegt die Ursache in Ängsten oder depressiven Gefühlen. Wird die Atmung zu hastig und abrupt (Hyperventilation), hilft das Ein- und Ausatmen mit einer kleinen, eng um Nase und Mund gelegten Papiertüte. Ein Atemtraining unter fachmännischer Anleitung und die Verbesserung möglicher Gemütsverstimmungen (beispielsweise mit *Hyperiforce* - oder *Hypericum perf. Urtinktur* (in D) von A. Vogel sind empfehlenswert.

Die GN-Leserin Frau A. R. aus Büron teilt mit, «dass es sich bei dem Kloss und Fremdkörpergefühl im Hals um einen Feuchtigkeitsmangel im Körper handeln kann. Ich habe dieses Gefühl durch regelmässiges, schluckweises Trinken von normalem Leitungswasser gänzlich behoben. Ich muss betonen, dass das schluckweise Trinken von Wasser mehr bringt als wenn ich ein Glas Tee oder Saft trinke.»

Frau E. M. aus Ludwigsburg litt ebenfalls unter einem Kloss im Hals: «Mir wurde geholfen mit *Spongia D 4* (Dt. Homöopathie Union Karlsruhe), dreimal 4 Kügelchen täglich.»

### Gerstenkorn

Frau I. E. aus Mölln hatte wegen eines seit Monaten verhärteten Gerstenkorns am Augenlid geschrieben und wollte wissen, ob ein Herausschneiden nötig sei.

Frau R. L. aus Volketswil schreibt: «Mein Mann hatte jedes Jahr so ein Gerstenkorn unter dem rechten Augenlid, das schmerzte und den Augapfel entzündete. Er musste es jedes Mal vom Augenarzt entfernen lassen. Das letzte Mal war vor drei Jahren. Danach kaufte ich in der Drogerie *Optrex Augen-Bad*, und seitdem kam das Gerstenkorn nicht mehr zum Vorschein. Ich hoffe, dass auch Frau I. E. damit Erfolg haben wird.»

Frau I. L. aus Marktredwitz hat folgende Erfahrung gemacht: «Auch ich hatte monatelang ein Gerstenkorn, und nun bin ich ganz ohne Arzt davon befreit. Ich habe zuerst jeden Abend die Stelle am Lid (nicht im Auge!) mit *Rizinusöl* betupft. Dann habe ich morgens und abends nach dem Aufguss eines *Teebeutels* als Getränk (Schwarztee oder Lindenblüten) den möglichst warmen Teebeutel vorsichtig auf das Gerstenkorn gedrückt. Eines Morgens ging das Gerstenkorn auf und der gelbe Kern hing am Teebeutel. Ich habe weiter Rizinusöl aufgetragen, und nach zwei Tagen war alles abgeheilt.»

Einen ähnlichen Rat hat Frau I. S. Randersacker: «Ich hatte auch öfter mit Gerstenkörnern zu tun und betupfte sie mit *Rizinusöl*. Kleinere Körner sind schon nach ein- bis zweimaliger Anwendung verschwunden, bei grösseren dauert es etwas länger. Jedesmal schaffte ich es ohne Augenarzt.»

Herr H. L., Heilpraktiker aus Weilheim, wie auch Frau E. H. aus Roggwil kennen die Operation des Gerstenkorns aus eigenem Erleben: «Der Arzt setzt einen kleinen Schnitt und entfernt mit einer Spezial-Pinzette die Drüsenvorstopfung. Der kleine Eingriff ist spurlos und entlastet wohltuend.»

Frau E. S. liess ebenfalls ein Gerstenkorn operativ in einer Klinik entfernen. «Nach einer harmlosen Injektion dauerte der schmerzlose Eingriff etwa zehn Minuten. Der fünf Millimeter lange Schnitt wurde an drei Stellen genäht.

Alles verlief zu meiner vollen Zufriedenheit. Kleiner Nachteil: Durch den Schnitt wurden Äderchen verletzt, was mir während ungefähr vier Wochen ein «blaues Auge» einbrachte.»

Frau Z. M. aus Basel kennt, wie sie selbst sagt, ein Supermittel: «Gerstenkörner verschwinden nach ein bis zwei Tagen auf einfachste Weise: Man schaut mehrmals am Tag mit dem betroffenen Auge in eine Flasche mit gutem, reinem Olivenöl. Unter dem Flaschenverschluss stauen sich offenbar heilsame Öldämpfe, die dann beim «Hineinsehen» auf das Auge wirken. Ich habe das selbst ausprobiert, und es ebenso Ungläubigen, wie ich es zunächst war, weiterempfohlen. Alle waren überrascht über die fast unglaublich schnelle Wirkung. Meine Erfahrungen beziehen sich aber nur auf das Anfangsstadium. Vielleicht lohnt sich auch bei Verhärtung ein Versuch mit Olivenöl. Es käme aber auch eine vom Homöopathen verordnete Zubereitung von Sepia oder Staphisagria in Frage.»

Frau E. B. aus Magden hat gute Erfahrungen mit Leinsamen-Kompesssen gemacht: «Aus

einem EL gemahlenem Leinsamen und etwas lauwarmem Wasser einen Brei anrühren, mit einer Komresse auf das Auge legen. Das Gerstenkorn geht von selbst auf, da braucht es kein Messer.»

## Neue Anfrage

### Trigeminus-Neuralgie

Herr A. A. aus Köniz, seit 20 Jahren GN-Abonnent bittet um Rat: «Ich (80 Jahre) bin, laut Hausarzt, meinem Alter entsprechend in guter Verfassung und kann im allgemeinen wirklich nicht klagen. Seit Jahren leide ich aber mit Unterbrüchen an starken Schmerzschüben auf der linken Gesichtshälfte, verursacht vom Trigeminus-Nerv. Starke Schmerzen habe ich vor allem am Morgen beim Rasieren, Frühstück, Reden. Nachts kann ich auf der linken Gesichtshälfte liegen, darf nur möglichst keine Bewegung machen. Ich habe schon vieles ausprobiert: Akupunktur, Akupressur, Wickel, Massage etc. Weiss jemand einen Rat für mein hartnäckiges Leiden?»



LESERFORUM-GALERIE – DAS LESERFOTO IM SEPTEMBER

Brigitte Drees: Steiniger Walliser Gipfel, überragt und umrundet von Wolkenbergen

## Ihre schönsten Pflanzen-Fotos für die Leserforum-Galerie

Liebe Leserinnen und Leser, der Fotowettbewerb, den wir letztes Jahr ausgeschrieben hatten und dessen 12 ausgewählte Bilder zum Thema «Wolken, Wind und Wetter» Sie nun jeden Monat im Leserforum der Gesundheits-Nachrichten finden, fand so grossen Zuspruch, dass wir uns entschlossen haben, Sie wieder einzuladen, die Bildergalerie für das Leserforum 1998 selbst zu gestalten.

Pflanzen-Photos sind ein weites Thema! Die Vielfalt der Motive wollen wir möglichst wenig einschränken. Denkbar wäre sowohl eine einzelne Christrose, die aus der glitzernden Schneedecke herausragt, als auch eine bunte Bergwiese, ein blühender Baum, eine romantische Stilleben-Ecke in Ihrem Garten, ein Kornfeld und vieles mehr.

Hingegen sollten die eingesandten Bilder ein «gewisses Etwas» haben, eine besondere Qualität: beispielsweise ein seltenes Motiv, eine interessante Komposition, ein besonderes Licht, eine ungewöhnliche Stimmung, eine überraschende Perspektive.

Senden Sie uns bitte Diapositive oder Farbaufnahmen in optimaler Qualität und vorzugsweise in Querformat zu. Vergessen Sie nicht Ihren Absender und einen Hinweis auf das Motiv des Bildes, die Jahreszeit, zu der es entstanden ist, und eventuell auch den Entstehungsort. Wenn Sie ein an Sie selbst adressiertes Couvert beifügen, erhalten Sie Ihre Unterlagen zurück.

Unter allen eingereichten Fotos werden 12 Monatsbilder ausgewählt und mit einem Anerkennungshonorar von Fr. 50.- prämiert. Unter allen Einsendern verlosen wir zehn Fläschchen (10 ml) naturreines ätherisches Öl Ylang-Ylang.

• IZR

Senden Sie bitte Ihre  
Fotos und Dias bis  
31. Oktober 1997 an:

Verlag A. Vogel  
Leserforum-Galerie  
Postfach 63  
CH 9053 Teufen

