

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 54 (1997)  
**Heft:** 10: Von der Dattel bis zur Kokosnuss : Palmen als Nutz- und Heilpflanzen in aller Welt

**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 dient dem Erfahrungsaustausch unter den Lesern und wir danken allen, die selbstlos ihre Ratschläge aufschreiben, um anderen zu helfen. Unsere Leser wissen, dass diese Tips und Hinweise den Rat eines Arztes oder Therapeuten nur ergänzen können. Wenn Sie Hilfe suchen oder Ihre Erfahrungen weitergeben möchten, schreiben Sie an

Gesundheits-Nachrichten  
Leserforum  
Postfach 63, CH 9053 Teufen  
Fax: 071/333 46 84

## Erfahrungsberichte

### Multiple Sklerose

Multiple Sklerose (MS) hat nichts mit Verkalkung (Sklerose) zu tun, sondern ist eine in Schüben verlaufende Autoimmunkrankheit, die mit Müdigkeit, Gliedmassenschwäche, Seh-, Sprech- und Gleichgewichtsstörungen beginnt und aufgrund von entzündlichen Prozessen in den Nerven zu fortschreitender körperlicher Behinderung führt.

Frau B. F aus Thun wollte wissen, ob sich eventuell einige Leser mit dieser Krankheit auskennen und bat um Hinweise bezüglich Ernährung und Lebensweise.

Einige Leser sandten Buchtips. Frau C. v.T. aus Glarus macht auf das Buch *Natürliche MS-Therapien* von Christine Wagener-Thiele<sup>1</sup> aufmerksam und auf *Multiple Sklerose ist heilbar* von Dr. C. Kousmine<sup>2</sup>, von dem sie meint, der Titel des Buches mit vielen interessanten Krankengeschichten sei schlecht gewählt, und müsse wohl eher lauten: Bei entsprechender Behandlung ist ein normales Leben trotz MS möglich.

Herr A. F. aus Muttenz rief an, um auf das Buch *Warum Evers-Diät - Die Ernährung des Kranken und Gesunden* von Dr. med. Joseph Evers<sup>3</sup> hinzuweisen sowie auch auf das Werk von Dr. Kousmine<sup>2</sup>.

Frau M. R. empfiehlt das Buch *Willst Du gesund sein? Vergiss den Kochtopf!* von Helmut Wandmaker<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> Chr. Wagener-Thiele, Econ Verlag, sFr. 15.-.

<sup>2</sup> Das Buch von Dr. Catherine Kousmine ist leider vergriffen, aber vielleicht noch in Bibliotheken zu bekommen. <sup>3</sup> Dr. Joseph Evers, Haug Verlag, Heidelberg, sFr. 19.50. <sup>4</sup> H. Wandmaker, Goldmann Taschenbuch sFr. 16.-.

In diesem Zusammenhang ist auch ein Hinweis aus dem *Kleinen Doktor* wichtig, wo Alfred Vogel zu MS schreibt: «Die Behandlungsmethode ist eine ernährungstherapeutische, und zwar ungefähr so, wie sie Dr. Evers durchführt. Ich bin seinerzeit, bevor von Dr. Evers etwas bekannt war, von der Überlegung ausgegangen, dass die Ernährung so natürlich gehalten werden sollte wie bei den Naturmenschen, die diese Krankheit nicht kennen. Es wird also vorwiegend Rohkost gegeben, wobei nur jene Gemüse als gekochte Beigabe in Frage kommen, die man nicht roh essen kann. Naturreis mit Quark und Meerrettich nebst einer Salatplatte gehören zum grundlegenden Menü. Eier werden in seltenen Fällen nur roh verabreicht (*Heute: Vorsicht, Salmonellen*). An die Stelle von Fleisch, das ganz wegfällt, treten Milch- und Sojaeiweiß. Auch Weissmehlprodukte werden völlig ausgeschaltet. Brot wird nur in bescheidenem Rahmen zugelassen, und dann nur Vollkorn- und Knäckebrot. Büchsennahrung kann nicht als Naturkost zugezogen werden, fällt also völlig weg. Je nach Jahreszeit verabreicht man auch naturreine Früchte. Die einzigen Süsstoffe, die man verwenden darf, sind Honig und Traubenzucker wie auch zerkleinerte Korinthen oder Rosinen.» Daneben beschreibt A. Vogel eine weitere Form der Behandlung: «Eine Reiztherapie im Sinne einer Baunscheidtableitung oder einer der chinesischen Ableitungsformen ..., die am besten durch einen erfahrenen Therapeuten vorgenommen werden.»

Herr H. F. aus Bern, selbst Homöopath, schreibt: «Was Frau B. F. aus Thun helfen könnte, ist eine klassische homöopathische Behandlung nach Dr. Samuel Hahnemann. Für mich ist es immer eine grosse Befriedigung,

wenn meine MS-Patienten beschwerdelos werden oder wenn die Beschwerden gelindert werden. Allgemein kann man kein homöopathisches Arzneimittel empfehlen, da die klassische Homöopathie den Menschen und nicht die Symptome behandelt. Die Behandlung wird allgemein auch von den Krankenkassen anerkannt und rückvergütet.»

Frau E. K., Heilpraktikerin aus Hammersbach in Deutschland, hat in ihrer langjährigen Praxis beobachtet, dass bei MS-Kranken oft Hinweise auf eine frühere (unterschwellige) Hirnhautentzündung festzustellen sind sowie auf eine bereits eingetretene Niereninsuffizienz und ein Herdgeschehen der Adnexitis (Entzündung von Eierstöcken, Eileitern) bzw. Prostatitis, das von Urologen bzw. Gynäkologen leider nicht gefunden würde. «Zur Therapie wäre zu empfehlen: Homöopathie, Abwehranregung, aktive Nierentherapie mit Eigenblut, Neuraltherapie, Behandlung der

Stirnhöhle, die mit dem Urogenitalsystem reagiert.» Auch durch die Evers-Diät (3/S. 32) lasse sich Besserung erzielen.

Frau C. T. aus Oberasbach berichtet: «Meine Schwester erkrankte vor etwa acht Jahren. Sie hatte besonders am Ohr bzw. an einer Gesichtshälfte Beschwerden und zog ein Bein nach. Nach einer Infusionsbehandlung wie nach Hörsturz ging es ihr besser. Nach öfteren Fussreflexzonenmassagen war sie beschwerdefrei. Nach fünf Jahren kam ein zweiter Schub, dessen Beschwerden nach erneuten Infusions- und Reflexzonenbehandlungen verschwanden. Sie bekommt alle vier Wochen ca. drei Fussreflexzonenbehandlungen, isst Weizen- und Rettichkeime. Medikamente nimmt sie, außer 1 TL Schindele Mineralien täglich, keine.»

Frau E. J. aus Düsseldorf schreibt: «Ich kann nur empfehlen, sehr gesund und bewusst zu leben, und das fängt bei der Ernährung an. Da meine Mutter Multiple Sklerose hatte, habe



LESERFORUM-GALERIE - DAS LESERFOTO IM OKTOBER

Gerhard Franke: Gewitterstimmung am Bodensee

ich als Schülerin einiges mitbekommen. Sie hat sehr viel mit Sprossen gemacht, sehr viel Salat, Obst und Honig gegessen. Zu dieser Zeit wurde noch wenig gespritzt, heute würde ich empfehlen, nur Bio-Ware zu verwenden und Öle und Honig im Reformhaus zu kaufen oder bei A. Vogel zu bestellen. Morgens nüchtern frisch ausgespressten Karotten-, Rettich- oder Rote Bete Saft trinken. Sonst viel Kräutertees, Milch und Mineralwasser trinken, auch dunkles Bier (Vitamin B). Viel Honig, Propolis, Nüsse und Sesamsamen essen; ein Löffel Weizenkeimöl am Abend sorgt für einen gesunden Schlaf. Doch auch bei gesunder Ernährung wird diese Krankheit nicht mehr verschwinden. Aber es gibt eine Linderung bzw. ein Aufhalten und Nicht-schlimmer-werden.»

Frau P. S. aus Torgau hat als Heilpraktikerin die Erfahrung gemacht, dass «MS-Erkrankungen oftmals Erkrankungen des lymphatischen Apparates vorausgehen. Wenn dies der Fall ist, muss in der Therapie darauf eingegangen werden, so z.B. durch Ultraschallbehandlungen des Lymphatischen Rachenringes, Akupunktur zur Normalisierung des gestörten Lymphabflusses, Medikamente zur Lymphtherapie. In der Ernährung sollte man sich nach Dr. Joseph Evers' Buch *Warum Evers-Diät?* (3/S. 32) richten. Ansonsten ist die Behandlung schwierig und individuell auszuloten. Versucht werden sollten eine Umstimmungs-/Reiztherapie, eine orthomolekulare Therapie (insbesondere Vitamin B 12) und physikalische Therapien wie morgendliche kurze, kühle Ganzwaschungen, Trockenbürsten, viel frische Luft. Dabei plötzliche Temperaturschwankungen vermeiden, um Gefäßspasmen zu verhindern.»

Frau H. W. aus Nürnberg und Frau E. R. aus Oberbipp senden Hinweise auf eine Therapie von Dr. med. Olaf Hebener, der als Schüler von Dr. Fatzer dessen Therapie weiterpraktiziert. Dazu gehört eine strenge, auf jeden Patienten individuell abgestimmte Diät, aber auch hochdosiertes, natürliches Vitamin E, Selen, Coenzym Q 10, B-Vitamine, Fischöl und Muschelfleisch. Laut eines beiliegenden Artikels praktiziert Dr. Hebener in Hohen-Sülzen (Rheinland-Pfalz).

Das private Institut für Naturheilverfahren in Marburg teilt mit: «Neurologen der Universität Giessen stellten im vergangenen Jahr eine Studie vor, die zeigte, dass bei MS-Patienten im Blut doppelt so hohe Quecksilberbelastungen vorliegen wie bei Gesunden. Dieses stammt nach Untersuchungen der Universität München grösstenteils aus Amalgamfüllungen.» In der Broschüre «Krank durch Amalgam» schildert die Autorin Ulrike Hofmann ihre Krankheits- und Heilungsgeschichte. Trotz dreijähriger Bettlägerigkeit habe sie jetzt keine Symptome der MS mehr und könne bald ihren Beruf als Ingenieurin wieder aufnehmen. Die genannte Broschüre ist zu beziehen bei: *Institut für Naturheilverfahren e.V., Uferstr. 1, D 35037 Marburg, Tel. 06421/68 43 20*

In der Schweiz werden die mehr als 10 000 MS-Betroffenen betreut durch die *SMSG Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft*, Brinerstr. 1, 8036 Zürich. Die SMSG in Zürich, Tel. 01/461 46 00, erteilt auch Auskunft über 38 Regionalgruppen und viele Selbsthilfegruppen.

Das deutsche Pendant heisst: *Deutsche MS-Gesellschaft, Bundesverband e.V.*, Vahrenwalderstr. 205/207, D 30165 Hannover, Tel. 0511/ 96 83 40.

## Neue Anfragen

### Morbus Osler/ Nasenbluten

Frau I. S. aus Zürich schreibt: «68jährig, leide ich seit vielen Jahren an Morbus Osler, immer wiederkehrendem Nasenbluten, stark und oft täglich. Es ist wie kleine Krampfadern in der Nase. Alle Versuche wie Verätzten, Hormone, Embolisation brachten keine langen Erfolge. Da ich nicht schnüzen kann, entferne ich die Krusten mit Rhinomer Salzwasser, damit ich Luft bekomme und atmen kann. Nasensalbe verschlimmert das Übel. Wegen dieses sehr unangenehmen Leidens bin ich sehr verzweifelt, ziehe mich immer mehr zurück und traue mich nirgends mehr hin. Ich habe grosse Angst und auch Depressionen.»

• IZR