Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 55 (1998)

Heft: 9: Pilze : verblüffend gesund

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: 11.12.2025

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

Leserforum

In dieser Rubrik haben Leserinnen und Leser die Möglichkeit, bei gesundheitlichen Fragen auf die Erfahrungen anderer Leser zurückzugreifen. So wertvoll der Erfahrungsaustausch ist, er kann und soll die Konsultation eines Arztes oder Therapeuten nicht ersetzen. Wir danken sehr herzlich allen, die sich an dem Erfahrungsaustausch beteiligen. • IZR

Erfahrungsberichte

Chronische Anämie

Frau R. aus Töging am Inn leidet unter ererbter chronischer Anämie. Sie bat um Tips, wie der Eisenmangel behoben werden könne.

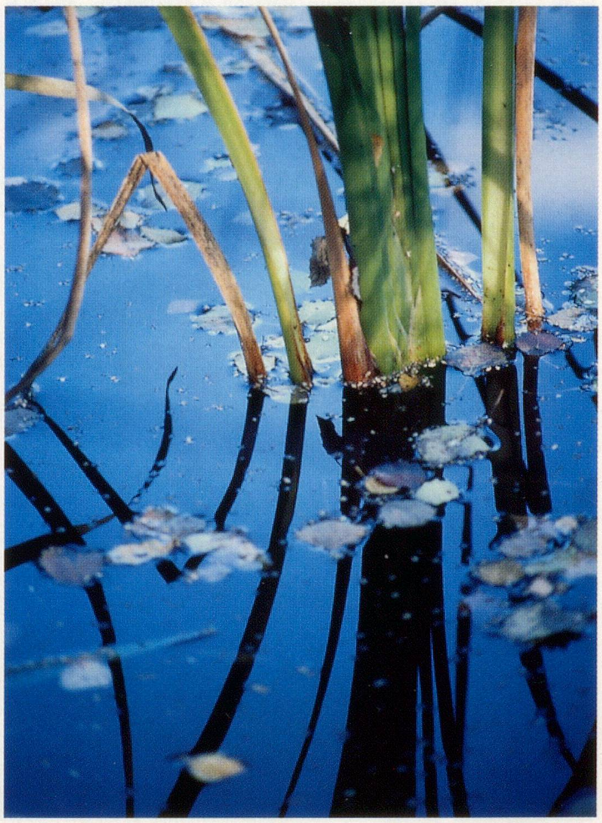
Frau A. C., Heilpraktikerin aus Hannover, schreibt dazu: «Die beschriebene Anämie kann eine Folge von Grunderkrankungen sein, die es zu erkennen und zu behandeln gilt. Anzuraten wären vor allem Untersuchungen der Leber (eventuell werden Vitamin B12 und Folsäure nicht gespeichert), der Nieren (eventuell Störung in der Bildung roter Blutkörperchen) sowie des Magens (bei bestehender Schleimhautentzündung).»

Frau J. A. meint: «Wenn trotz gesunder, vitamin- und mineralstoffreicher Ernährung und Eisenpräparaten die Hb-Werte erniedrigt bleiben, sollte an eine schlechte Eisenresorption im Darm gedacht werden. Sollte das der Fall sein, so müssten die Verdauungssäfte im Darm mit *Bittermitteln* angeregt werden und zwar mit Tees aus Wermut, Enzian, Schafgarbe, Tausendgüldenkraut etc. oder ganz einfach mit Leber-Galle-Tropfen* (3 mal täglich, eine halbe Stunde vor den Mahlzeiten).»* Von A. Vogel in CH *Boldocynara N,* in D *Leber-Galle-Tropfen N.*

Frau V. W. aus Zug berichtet: «Meine Schwester, die in Amerika lebt, litt jahrelang unter dieser Krankheit. Sie weilte für Bluttransfusionen immer wieder im Spital. Die Besserung hielt jedoch nie lange an, es war zum Verzweifeln. Ein indischer Arzt in San Francisco fand endlich den Grund für die Anämie heraus: Sie hatte chronischen Mangel an Vitamin B12, das ihr Körper aus der Nahrung nicht mehr aufnehmen konnte. Das B12 aus den zuerst verschriebenen Tabletten konnte allerdings vom Körper auch nicht resorbiert werden. Jetzt macht sie sich alle zwei Wochen eine B12-Spritze, und seither ist sie wieder völlig gesund. Sie macht das schon seit Jahren und wird es auch bis an ihr Lebensende tun müssen.»

Frau E. L. aus Hannover schreibt: «Bin mit starker Anämie aus russischer Kriegsgefangenschaft zurückgekommen. Mit einem Glas Karotten- und Petersiliensaft pro Tag wurden meine Blutwerte nach einem halben Jahr normal.»

Frau S. L. aus Bad Bramstedt nördlich von Hamburg hat die Erfahrung gemacht, «dass Kräuterblut sehr gut gegen Eisenmangel hilft. Kräuterblut gibt es im Reformhaus als Saft oder Dragées. Ich habe sie während meiner Schwangerschaft eingesetzt – ohne negative



Leser-Photo von Gerd Alexander: Schilf

Nebenwirkungen. Auch meiner Mutter (Dialyse-Patientin) haben die Dragées gut geholfen.»

Heisse Füsse

Herr J. R. aus Hamburg leidet unter kribbelnden, glühenden Füssen. Er hat seine Ernährung auf basenbildende Kost umgestellt, macht Wechselduschen und nimmt gegen Stress Avena sativa. Obwohl eine Untersuchung beim Hausarzt nichts ergab, meint Frau A. C. aus Hannover: «Das beschriebene Brennen der Füsse ist schulmedizinisch als ‹Burning feet-Syndrom› bekannt. Es handelt sich hierbei um Nervenschädigungen, deren häufigste Ursache ein Diabetes mellitus ist, aber es kommen auch andere Grunderkrankungen in Frage (Infektionskrankheiten, bestimmte Medikamente, Vitaminmangel). Die zugrundeliegende Ersterkrankung muss behandelt werden, um den brennenden Füssen beizukommen.»

Frau M. S. aus Zürich teilt mit: «Die heissen und brennenden Füsse sind ein klinisch verifiziertes Symptom bei Vitamin B5-Mangel (Pantothensäure). Ein erhöhter Bedarf besteht vor allem bei chronischem Stress. Typischerweise ist B5 ein wichtiges Vitamin für das ‹Stress-Organ› Nebenniere. Vitamin B5 gibt es als *Pantothen-Lutschtabletten* von Hoffmann-La Roche (100 mg) oder ist in einem hochdosierten B-Komplex-Präparat enthalten.»

Frau H. K. aus München hat bei ähnlichen Beschwerden (Restless leg-Syndrom, unruhige Beine) hochdosierter *Ginseng* geholfen.

Frau I. F. aus Wien schreibt: «Auch ich litt jahrelang, speziell abends und in der Nacht, unter unruhigen, heissen Füssen und konnte dieses unangenehme Gefühl nur durch eiskalte Duschen lindern. Bei Laboruntersuchungen stellte man einen Magnesiummangel fest. Daraufhin nahm ich über längere Zeit täglich einen Beutel *Magnosolo-Granulat* ein, und die Beschwerden verschwanden. Jetzt nehme ich das Präparat noch nach Bedarf.»

Das A. Vogel-Gesundheitszentrum emp-

LESERFORUM-GALERIE – DAS LESERFOTO IM SEPTEMBER

Heidi Bieger: Blüten des Tulpenbaums (Teneriffa)

fiehlt bei unruhigen Beinen die Einnahme des homöopathischen Mittels *Zincum valerianicum D6* und bei heissen, brennenden Füssen einen Versuch mit *Sulfur D6.* Bei Beinkrämpfen ist oft eine Besserung durch die Einnahme von Magnesium zu verzeichnen.

Tics

Der 9jährige Sohn von Frau C. G. aus Suhr leidet an verschiedenen Tics (Augenzwinkern, Geräusche machen etc.). Frau S. hat es schon mit Homöopathie, Reiki und Kinesiologie versucht, ohne Erfolg.

Frau R. P., diplomierte Therapieberaterin SVTG, gibt einen Hinweis, der sicher auch für viele andere Leser wichtig ist: «Tics sind ein Beispiel einer psychosomatischen Störung. In solchen Fällen lohnt es sich, die Ursache aufzuspüren. Es gibt jetzt dipl. Therapieberaterinnen, die eigens für solche Fälle ausgebildet sind. Nach einer gründlichen Abklärung wird zusammen mit dem Ratsuchenden eine geeignete Therapieform gesucht und ein(e) Therapeut/in vermittelt. So hat man bessere Gewähr, auf Anhieb die *richtige Therapie zu finden* und der Irrweg durch viele verschiedene Behandlungsmethoden fällt weg. Adressen erfährt man beim Berufsverband *Schweiz. Verband der Gesundheits- und Therapieberater, Postfach 328, 8044 Zürich, Tel. und Fax CH 01/262 42 44.*»

Frau S. L. aus Bad Bremstedt schreibt: «Ich möchte auf *Bach-Blüten* verweisen. Ich denke zuerst an *Scleranthus* für mehr inneres Gleichgewicht. Diese Blüte wird eingesetzt, wenn Krankheitssymptome heute hier und morgen dort sind. Auch bei Gemütsschwankungen, Gleichgewichtsstörungen und starken Schwankungen in der Körpertemperatur ist diese Blüte sehr hilfreich.»

Herr A. L. aus St. Gallen, Reiki-Meister, war selbst betroffen: «Ich bin ein Mann von 31 Jahren und hatte als Knabe die selben Störungen, welche aber nie behandelt wurden und mit der Zeit von selbst weggingen. Mir scheint *Reiki* eine gute Lösung zu sein. Sie sollten die Umgebung Ihres Kindes überprüfen (Schule, Kameraden, Familie) und eventuelle Überforderungen vermeiden. Ich denke, dass durch den Abbau von psychischem Druck auf Ihren Sohn diese Symptome verschwinden sollten.»

Nachtrag zu **Fehlender Geruchssinn**

Beim ersten Hilferuf von Frau C. S. aus Widnau hatte es nicht geklappt, jetzt haben uns doch noch Zuschriften zu diesem Problem erreicht, die wir veröffentlichen möchten, weil auch andere Leser und Leserinnen das gleiche Problem haben.

Peter Oppliger, Drogist aus Luzern, teilt mit: «Ich hatte vor Jahren einen Teilnehmer an meinen Trainingskursen, dessen Geruchssinn durch Chemieeinflüsse zerstört war. Ich riet ihm, nicht aufzugeben und alles zu tun, um die Regeneration der Geruchszellen anzuregen. Dazu während längerer Zeit *Arnika D6* täglich einnehmen und täglich zweimal *Nasenspülungen* mit Salzwasser durchzuführen. Wichtig scheint mir auch, Milch vollständig zu meiden, um Verschleimungen durch Kaseinmoleküle auszuschliessen. Weiterhin habe ich *Atemübungen* empfohlen, die der Regeneration der Geruchszellen dienen, aber schriftlich schwer zu erklären sind. Ich bin überzeugt, dass der GN-Leserin zumindest teilweise geholfen werden kann; mein seinerzeitiger Kursteilnehmer hat seinen Geruchssinn nach längerer Zeit wieder vollkommen regenerieren können.»

Frau S. L. aus Wiesbaden teilt mit: «Versuchen Sie das Naturheilmittel *Esmol* (DM 9.75), das ein erprobtes Desinfektionsmittel auf rein pflanzlicher Grundlage ist, aus ätherischen Ölen besteht und in jeder deutschen Apotheke bestellt werden kann. Das von Dr. Manz aus der Ratsapotheke in Esslingen zusammengestellte Mittel ist als Mundwasser zum Gurgeln geeignet und zur Pflege der Nasen- und Rachenschleimhäute. Wenn es verdünnt mit Wasser durch die Nase hochgezogen wird, hat es oft einen verlorenen Geruchssinn wiedergebracht.»

Frau C. K. aus Thundorf berichtet: «Während der Heuschnupfenzeit ging bei mir jeweils der Geruchs- und Geschmacksinn weg. Zum Teil sind beide nachher wieder gekommen. Doch letztes Jahr merkte ich, dass ich

wirklich nicht mehr riechen konnte. Ich habe wegen des Heuschnupfens und Kopfwehs eine homöopathische Behandlung gemacht und anschliessend, weil alles immer wieder kam, bin ich zur Kinesiologie gegangen. Geruch und Geschmack waren nie ein Thema. Aber plötzlich rieche ich wieder Parfüm, Düfte im Garten etc. Was letztlich geholfen hat, weiss ich nicht genau, aber ich finde es wichtig mitzuteilen, dass der Geruchssinn wiederkommen kann.»

Frau E. S. aus Augsburg, Heilpraktikerin, meint, die Patientin solle es mit *Pulsatilla D 30* und *Natrium muriaticum D 30* im Wechsel versuchen, zweimal die Woche je 2 Tabletten unter der Zunge zergehen lassen.

Neue Anfragen

Konzentrationsprobleme bei Kindern

Frau E. E. aus Zürich fragt nach Mitteln und Massnahmen, die ihrem 8jährigen Sohn helfen, seine Konzentration und Ausdauer zu stärken.

Fettansammlung im Auge

Herr A. M. aus Turgi im Kanton Aargau schreibt in seiner E-Mail: «Mit grossem Interesse lese ich immer wieder die Erfahrungsberichte. Ich möchte nun anfragen, ob jemand weiss, wie man eine Fettansammlung im Auge, die etwa die Grösse eines Stecknadelkopfes hat, wegbringt.»

Kalkschulter

Frau A. G. aus Seligenstadt möchte wissen: «Wer hat Erfahrungen bei einer Kalkschulter (Tendinitis calcerea) und kann mir raten, ob und wie eine Operation oder eine Zertrümmerung zu vermeiden wäre?»

Schreiben Sie an:

Verlag A.Vogel AG
Gesundheits-Nachrichten/Leserforum
Postfach 63, CH 9053 Teufen
Fax CH 071/ 333 46 84,
E-Mail: vavch@access.ch

Basel: Messe Gesund 98

Mitte Oktober, genau vom 15. bis 18., findet die erste Schweizer Messe im Gesundheitswesen statt, die von allen wichtigen Organisationen, Verbänden und Institutionen mitgetragen wird. Unter dem Patronat der Uni Zürich (Abteilung Naturheilkunde, Prof. Saller) und der Uni Basel (Medizinische Fakultät) findet eine Fachtagung zu den Themen Ganzheitsmedizin, Pädiatrie (Kinderheilkunde), Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Allergien statt.

Parallel dazu bietet die Messe aber auch dem grossen Publikum die Gelegenheit, sich umfassend zu informieren. Neben der Fachausstellung wird ein Gesundheitsparcours angeboten, wo der Besucher verschiedene Informations- und Teststationen aufsuchen kann und sowohl über Sinn und Zweck der Tests als auch über die Bedeutung der Messergebnisse von Fachpersonen informiert wird.

Gleichzeitig mit der Messe Gesund 98, aber davon unabhängig, führt ATOPS (Verein Neurodermitis/Atopisches Ekzem und Asthma) ein Symposium zu den Themen Neurodermitis, Allergien und Asthma durch, das sich an Betroffene und Angehörige richtet.

Vorschau auf die Oktober-GN

Der *neue* «Kleine Doktor» ist da.
Wettbewerb mit einem tollen 1. Preis

Antibiotika

Mit den Wechseljahren
in eine neue Gewinnzone

Ilse Middendorf:
Die grosse alte Dame der Atemtherapie

Alles eine Frage des Temperaments?

Kuren am Lotusblüten-See

Exotische Heilpflanzen

Preisträger und Lösungen des
Sommer-Gewinnspiels