

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 56 (1999)  
**Heft:** 1: Kabis, Kraut & Kohl  
  
**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](#)

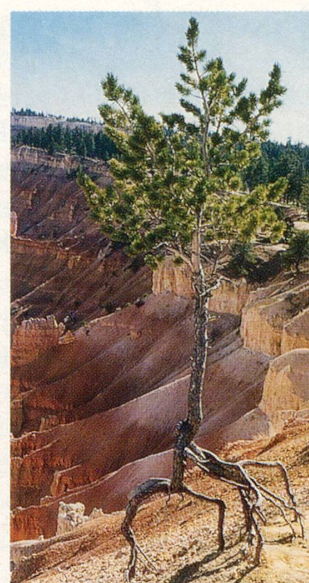
### **Terms of use**

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:** 24.02.2026

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





## Bilder von Bäumen

Im letzten September baten wir die Leserinnen und Leser, uns Baumbilder zu senden – herzlichsten Dank dafür – und waren erstaunt über die Vielzahl der Einsendungen, erfreut über die Qualität der Aufnahmen und besorgt, ob es uns gelänge, die richtige Auswahl zu treffen.

Fast hätten wir vor lauter Bäumen den Wald nicht gesehen – so viele schöne Bilder landeten in der Redaktionsstube. Doch wir mussten uns ja ein Herz fassen und begannen auszusortieren: diese Aufnahme passt zum Oktober, jene gehört unbedingt in den Mai. Gut. Schau'n wir mal, welches zweite Bild zu diesem Monatsbild passt – denn wir haben wiederum für jeden Monat zwei Bilder ausgewählt! Trotzdem konnten leider viele hervorragende oder interessante Photos nicht berücksichtigt werden.

Es gibt also mehr als 12 Preisträger: wir konnten nicht widerstehen, uns diesen tollen Fundus, den Ideenreichtum und die liebevolle Mitarbeit der Leser zunutze zu machen. Wir bedanken uns auch für die kleinen Geschichten, die einige Leser zu ihrem Baumbild mitgeliefert haben, Geschichten der Verbundenheit, der Trauer, der Liebe und wertvoller Erinnerungen.

Die Preisträger des kleinen Anerkennungshonorars von Fr. 50.– und die unter allen Teilnehmern ausgelosten 20 Gewinner der Heilpflanzen-Karten wurden schriftlich benachrichtigt.

• IZR

*Fotografen: Dani Schönfeld/Baden-Dättwil (oben links), Lucie Kolb-Keller/Luzern (oben rechts), Ursula Lanz/Ober-Ramstadt (unten).*

Bäume als Überlebenskünstler ...

... und in Schönheit endend.





# Leserforum

Leserinnen und Leser helfen anderen GN-Abonnenten. Das ist das Motto dieser Rubrik. Wir veröffentlichen Anfragen zu gesundheitlichen Problemen und bitten Sie, Ihre Erfahrungsberichte dazu einzusenden. Alle Antworten, auch die unveröffentlichten, werden jeweils an den Fragesteller weitergeleitet. So wertvoll die Ratschläge auch sein mögen, sie sind kein Ersatz für den Besuch beim Arzt oder Therapeuten. Die Redaktion wünscht Ihnen allen ein gesundes und gesegnetes neues Jahr und freut sich auch 1999 auf Ihre Zuschriften.

• IZR

## Erfahrungsberichte

### Zahnfleischschwund

Herr R.S. aus Hagen leidet dermassen unter Zahnfleischschwund, dass sich das Gebiss zu lockern beginnt.

Dazu empfiehlt Frau E.L. aus Stans als ausgezeichnetes Mittel *Rebaschenzahnwein* von H. von Bingen. (Zu bestellen bei: Farmesan AG, Hildegard Drogerie, CH-9404 Rorschacherberg.)

Frau D.E. aus Zweisimmen teilt mit: «*Schwedenbitter* mit dem Finger ins Zahnfleisch einmassieren. Später gar mit Schwedenbitter die Zähne putzen und das Zahnfleisch leicht rundum bürsten. Das hat mir die lockeren Zähne gefestigt. Dauer: zwei bis drei Jahre.»

Frau A.B. aus Küsnacht kennt ein gutes Hausmittel: «Täglich etwa 2 Löffel *Magermilchpulver*, so wie es aus der Schachtel kommt, essen.»

Frau R.G. aus Bern meint, sie würde dagegen mit *Co-Enzym Q 10* vorgehen, das auch als Energie-Vitamin und als Radikalfänger gilt.

Das A.Vogel-Gesundheits-Zentrum empfiehlt das Massieren und Bepinseln des Zahnfleisches mit *Myrrhetinktur*. Das *Dentaforce*



LESERFORUM-GALERIE – DAS LESERFOTO IM JANUAR

Christian Koradi: «Gezuckerte» Obstbäume vor verschneitem Wald (bei Bebikon)



*Kräuter-Mundwasser* aus Frischpflanzentinkturen kräftigt, strafft und durchblutet das Zahnfleisch, besonders wenn man es unverdünnt einmassiert.

### Fliess-Schnupfen

Herr A. G. aus Kriens wird seinen Fliess-Schnupfen nicht mehr los. Sprays und homöopathische Mittel halfen ihm bisher nicht.

Frau G. K. aus Ebersbach hat folgenden guten Tipp: «Frische Milch mehrmals in die Nase schnupfen. Hilft auch bei verstopfter Nase.»

Frau R. G. aus Bern schreibt: «Mit diesem Ratschlag ist zuerst eine Warnung verbunden. Wenn Herr G. keine Blutverdünner einnehmen muss, dann würde ich den Fliessschnupfen mit *Wobenzym N* kurieren.»

In seinem Buch *Die Natur* schrieb A. Vogel: «Heftigen Fliess-Schnupfen kann man günstig beeinflussen, wenn man eine frisch geschnittene Zwiebelscheibe kurz in ein Glas mit warmem Wasser taucht, um dieses Wasser tagsüber zu trinken, und zwar schluckweise.»

Das A. Vogel-Gesundheits-Zentrum hat bei Fliess-Schnupfen sehr gute Erfahrungen mit *Rhinitisan Schnupfen-Tropfen bzw. -Tabletten*. Das homöopathische Komplexmittel von Alfred Vogel ist nur in der Schweiz erhältlich. Zu achten ist ausserdem auf die Stärkung der allgemeinen Widerstandskraft durch Aufnahme von viel *Vitamin C* und gegebenenfalls *Echinaforce-Tropfen* oder *-Tabletten*. Versuchen sollte man auch Nasenspülungen mit Salzwasser (in einem halben Liter abgekochtes Wasser einen Teelöffel Salz verrühren und dreimal täglich spülen). Wohltuend, besonders bei kaltem Winterwetter, sind auch Inhalationen: eine Zwiebel kleinschneiden, in kochendes Wasser geben und die Dämpfe inhalieren.

### Problematische Narbe

Frau J. L. aus Waldkraiburg schilderte in den GN vom November ihr Problem mit einer Narbe, in der ein winziges Fadenstück steckt. Ausserdem wollte sie grundsätzliche Tipps für die Narbenbehandlung bei schlechter Heilung.

Frau O. S. schreibt: «Bei einer Blinddarmoperation führten Fadenreste zur Entzündung.

Mit Abwaschungen mit *Zellerbalsam* ist alles gut geheilt. Sie können auch eine sterile Gaze mit *Omidalin* tränken und wiederholt auflegen.»

Frau Ch. A. schlägt für die Narbenbehandlung Akupunktur vor, denn «Narben stören den Energiefluss und können darum auch schmerzen und berührungsempfindlich sein».

Frau H. Z. aus Rheineck berichtet: «Im Oktober 1996 hatte ich eine Herz-Bypass-Operation. Die Narben an Bein und Brust entsprechen Ihrer Beschreibung. Am Bein ist die Narbe fünf Monate nicht zugewachsen, bis sich dann Restfäden bemerkbar machten. Die hat mir der Arzt mit der Pinzette völlig schmerzlos herausgezogen. Bei der Brustnarbe habe ich allerlei Narbensalben probiert, bis mir eine Hautärztin folgendes Vorgehen empfahl: Waschen, so oft es juckt (zweimal täglich), mit *Pruri-med* von Permamed, Basel/Therwil. Dann Abdecken mit *Cica-Care* (Gel-Platte) von Smith + Nephew. Zuschneiden auf die Grösse der Narbe und mit hautfreundlichen Pflastern befestigen. Die Platte, die einige Wochen gebraucht werden kann, am besten Tag und Nacht drauflassen, wobei sie einmal am Tag mit Seife gereinigt werden muss. Die Narbe wird zuerst noch empfindlicher, aber jetzt (nach einem Jahr) heilt sie etwas ab. Man darf die Geduld nicht verlieren. Ich werde auch noch zirka ein Jahr kleben müssen.»

Aus Lauchringen kommt der Tipp von W. J.: «Aus fast 20jähriger Erfahrung in meiner Familie sowie einem grossen Bekanntenkreis kann ich das Mittel *Englischer Wunderbalsam* (Kräuterbalsam) empfehlen. Es ist erhältlich bei Apotheke Richter, CH-8280 Kreuzlingen, Tel. 071/ 672 20 55. Zudem die Narbe jeden Tag mit Johanniskrautöl einreiben.»

Frau R. G. aus Bern meint: «Schwedenbitter-Umschläge können gute Hilfe leisten. Die Narbe gut mit Ringelblumensalbe einreiben, damit der Alkohol des Schwedenbitters der Haut nicht das Fett entzieht. Den Umschlag lässt man je nach Verträglichkeit zwei bis vier Stunden einwirken. Schwedenbitter erhält man in jeder Apotheke oder Drogerie.»



## Neue Anfragen

### Eierstock-Zyste

Frau P.S. aus Arth fragt: «Bei mir wurde eine grosse Eierstockzyste entdeckt. Mein Gynäkologe sagt, ich soll operieren, wenn sie mir Beschwerden bereitet. Wer hat Erfahrungen oder Anregungen, wie sich die Zyste ohne Operation zurückbildet?»

### Ekzem im Gehörgang

Frau M.S. aus Schöftland hat folgendes Problem: «Seit einigen Jahren plagt mich ein hartnäckiges Ekzem in beiden Gehörgängen. Verschiedene ärztlich verordnete Kortisoncremen halfen kurzfristig, allerdings mit dem Ergebnis, dass die Haut bei einem neuen Schub noch schneller aufgekratzt wird, weshalb ich auf solche Cremes verzichten möchte. Auch Spülungen mit Apfelessig brachten nicht den gewünschten Erfolg. Der Juckreiz bringt mich manchmal zur Verzweiflung. Weiss jemand einen Rat?»

Möchten Sie sich am Leserforum beteiligen, schreiben Sie an: Verlag A.Vogel  
Gesundheits-Nachrichten/ Leserforum  
Postfach 63 / CH 9053 Teufen  
Fax CH 071/ 333 46 84  
E-Mail: [info@verlag-avogel.ch](mailto:info@verlag-avogel.ch)

### Eingewachsene Zehennägel

Frau H. S. aus Wiesbaden schreibt: «Mein 16-jähriger Grossneffe musste in diesem Sommer eingewachsene Zehennägel operieren lassen. Nun ist nach ein paar Monaten das gleiche wieder passiert. Vielleicht gibt es ein Mittel, das das schmerzhaftes Einwachsen verhindert? Für jede Hilfe bin ich sehr dankbar.»

### Wanderniere

Bei Frau R. W. (39) aus Kanderbrück wurde rechts eine Wanderniere diagnostiziert. «Ich möchte gerne wissen, wie andere Betroffene mit der gleichen Diagnose und den verschiedenen Beschwerden umgehen und was sie dagegen unternehmen.»



*Leser-Photo von Christian Koradi:*

*Der «Zucker» aus der Nähe betrachtet (Buch am Irchel)*