Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 56 (1999)

Heft: 9: Nicht die Bohne schädlich? : Neues über Koffein

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: 13.12.2025

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

Das Leserforum

ist eine Austauschbörse guter (oder auch schlechter) Erfahrungen. Es steht allen Lesern offen, die bei kleineren oder grösseren Gesundheitsproblemen auf den Rat anderer Leser zurückgreifen möchten. Wir müssen aber darauf hinweisen, dass die Erfahrungsberichte zwar in sehr vielen Fällen echte Hilfestellung bieten, aber ärztliche oder therapeutische Beratung nicht ersetzen. • IZR

Erfahrungsberichte

Ohrensausen

Herr H. B. aus Zug leidet unter ständigem Ohrensausen bzw. -pfeifen, das ein schwindliges Gefühl erzeugt und ihn sehr belastet.

Solche Ohrgeräusche, die in der Fachsprache auch «Tinnitus» genannt werden, sind nicht selten. In der Schweiz und in Deutschland gibt es eine «gemeinnützige Selbsthilfeorganisation gegen Hörsturz und Ohrgeräusche», die Tinnitus-Liga. Diese Organisation gibt Rat und Auskunft, vermittelt Adressen von Ärzten und Selbsthilfegruppen und gibt die Zeitschrift «Tinnitus-Forum» heraus. *Adressen: Schweizerische Tinnitus-Liga, Maja Hammer, Ländliweg 12, 5400 Baden, Tel./Fax 056/222 81 40. Deutsche Tinnitus-Liga, PF 349, D 42353 Wuppertal, Tel. 0202/24 65 20, Fax 0202/24 65 220. (Vergl. auch S. 36)*

Herr B. J. aus Belp schreibt: «Vor ungefähr drei Jahren wurde auch ich von diesem lästigen Leiden befallen. Der Ohrenarzt verschrieb mir Complamin-Tabletten, ohne Erfolg. An der Uniklinik des Inselspitals Bern beteiligte ich mich an einem Blindversuch für ein neues Medikament, ohne Erfolg. Die einzige Erkenntnis war, dass es sich offenbar um eine Durchblutungsstörung der peripheren Hirnarterien handelt. In der gleichen Uni-Klinik wurde ich auch mit durchblutungsfördernden *Warm-Kalt-Güssen* behandelt, die ich noch heute

LESERFORUM-GALERIE – DAS BAUMFOTO IM SEPTEMBER

Franka Warre: Indian summer in Vermont/USA

täglich mache. Zur Durchblutungsförderung nehme ich täglich 2 Tabletten *Valverde Ginkgo Vital* der Firma Zyma SA. Dies ist ein pflanzliches Heilmittel aus Ginkgoblättern. Seit einiger Zeit ist das Ohrensausen verschwunden. Ich glaube, dank der Ginkgo-Tabletten.»

Anmerkung der Red.: Auch von A. Vogel gibt es ein ausgezeichnetes Ginkgo-Produkt, nämlich die Frischpflanzentropfen *Geriaforce* (in D: apothekenpflichtig).

C. R. aus Amriswil schickt eine Notiz aus der Zeitschrift «Optima» vom Juni 99: «Neue Hoffung für Tinnitusgeplagte: Schätzungen haben ergeben, dass in Europa gut 15 Prozent der Bevölkerung von einem Ohrgeräusch betroffen sind. Einen neuen und vielversprechenden Weg eröffnet heute die vom amerikanischen Arzt und Tinnitus-Spezialisten Pawel Jastreboff entwickelte *Tinnitus-Retraining-Therapie (RTR)* ... Informationen über Tinnitus und RTR vermittelt die jüngste Ausgabe des Informationsbulletins «Gut hören», das beim *Informationszentrum für gutes Hören, Lavaterstrasse 57, 8002 Zürich (Tel 01/202 81 38)* oder in allen schweizerischen Hörgeräte-Fachgeschäften kostenlos bezogen werden kann.»

Bei der *Pressestelle des Informationszentrums für gutes Hören, PF 174, CH 5415 Nussbaumen* ist auch das Buch «Tinnitus-Hilfe» von Prof. Kellerhals/Zogg für Fr. 32.– erhältlich. *(Die Red.)*

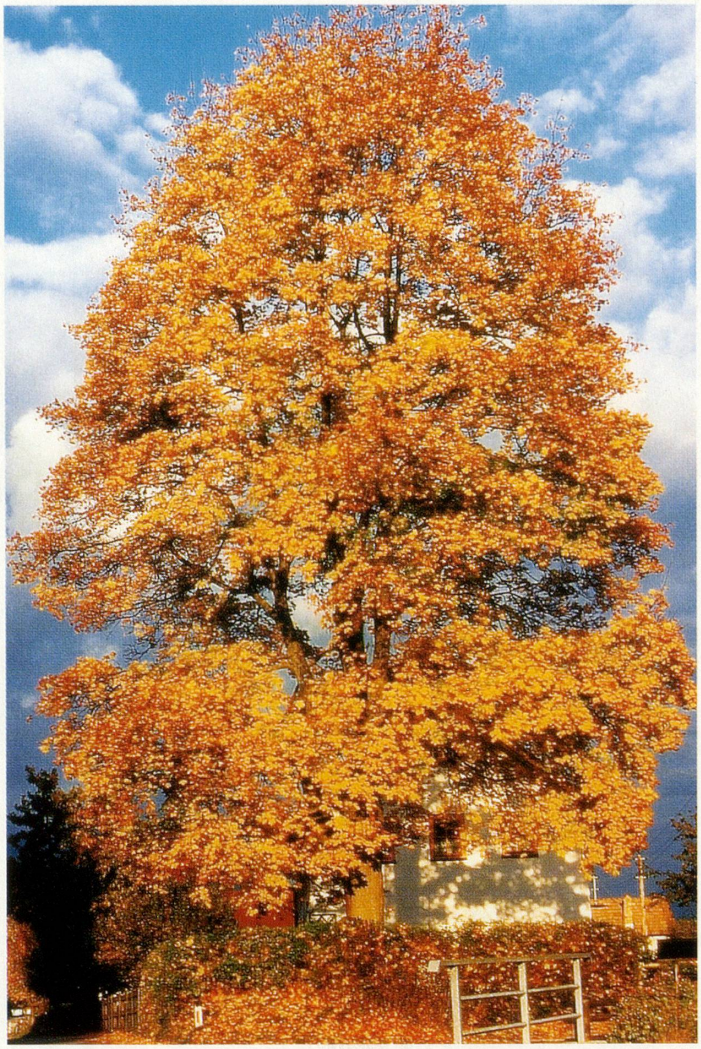
Frau Z. M. aus Basel meint, «Herr H. B. möge es doch mit zurechtgeschnittenen *Knoblauchzehen* versuchen, die so oft wie möglich, sicher nachts, in den Ohrgang gesteckt werden. Mir hat es geholfen.»

Herr E. G. aus Hamburg teilt mit: «Dagegen gibt es ein probates Mittel, *Sklerocedin N* mit dem Durchblutungsfaktor DIPA. Er verbessert Stoffwechsel, Durchblutung und Sauerstoffversorgung im Innenohr. Ferner ist das Frischpflanzenpräparat *Plantago lanceolata* (Spitzwegerich) längere Zeit einzunehmen. Unterstützende Massnahmen durch Hydrotherapie: Wechselduschen vor und hinter den Ohren sowie am hinteren Hals (3mal täglich) und an beiden Füssen (kleine Zehen).»

Herr F. N., der selbst an diesem «Übel» leidet, meint: «Das Ohrensausen hat vielfach nicht die Ursache im Ohr selbst, sondern in den Bereichen Halswirbel und Kauapparat. Deshalb folgende Tipps: Eventuell *Chiropraktor* aufsuchen, mit speziellen *Übungen* Wangen und Kiefer lockern, Kopfgymnastik.»

Frau S. H. aus Zürich empfiehlt, es mit *Vertigo Heel* zu probieren.

Frau L. T. aus Hombrechtikon schreibt: «Versuchen Sie, mehrmals während des Tages



Leserfoto von Ursula Lanz
Goldahorn in Schladming/Österreich (ca. 80 Jahre alt)

folgende *Atemübung*: Durch den Mund ausatmen, dann langsam durch die Nase einatmen bis zum «Geht-nicht-mehr» und den Atem bis zum «Geht-nicht-mehr» anhalten. Dann mit einem sogenannten «Husch» alle Luft auf einmal durch den Mund ausblasen und pausieren. Das regt die Gehörmuskeln an. Oftmals auch gleichzeitig vor und hinter den Ohren auf und ab massieren, am besten mit einem Tüchlein.»

Frau H. A. aus Buchrain empfiehlt «1. Täglich über längere Zeit viermal eine Tablette *Schüssler Salz calcium floratum* einzunehmen und *Calcium floratum Salbe* über das hintere Ohr zu streichen. 2. Die Wirbelsäule abzuklären. Als Zilgrei-Therapeutin habe ich viel klären und positive Hilfe geben können.»

Frau S. H. aus Lichtensteig teilt neben einigen Fakten, die auch in anderen Briefen genannt wurden, zusätzlich mit: «Eine Bekannte sagte mir, dass der *Verzicht auf Milch* die Ohrgeräusche vermindere. Erfolgreich können auch *Ohr- und Körperakupunktur* sein.»

Ekzem im Gehörgang (Nachtrag)

Zu dieser Anfrage von Frau M. S. aus Schöftland gab es ein grosses Echo, und wir möchten noch einen interessanten E-Mail-Bericht von Frau E. F. aus Bonn nachtragen: «Ich hatte vom 19. Lebensjahr an bis vor einem Jahr, also über 40 Jahre lang, damit grosse Probleme. Jahrzehntelang Dauerbesuch beim Ohrenarzt. Nachdem das Ekzem früher nicht so genau identifiziert werden konnte, lautete eine neuere Diagnose: Pilz. Nun die Lösung: *Colibiogen*-Spritzen für den Darm und örtlich *Jukunda-Rotöl*, vermischt mit einigen Tropfen Teebaumöl und Grapefruit-Extrakt. Diese Mischung vorsichtig (wegen Gefahr der Hautverletzung und akuter Entzündung – alles viele Male selbst erlebt!) mit einem Wattestäbchen ins Ohr bringen. Das Ergebnis nach einem Jahr: Der Gehörgang beider Ohren ist völlig frei von Ekzemen. Mein Arzt war erstaunt, dass ich nicht mehr dauernd in die Praxis kam, sondern höchstens zur Kontrolle. Er war direkt gekränkt, weil er dachte, ich ginge zu einem anderen Arzt und nicht an eine Heilung ohne Kortisonsalbe glaubte.»

Neue Anfragen

Ödem im Auge

Frau H. M. aus Zürich schreibt: «In der Augenklinik wurde bei mir (79) ein Ödem festgestellt, das keine Schmerzen verursacht, aber meine Sehschärfe erheblich mindert. Die Ärzte wissen keinen Rat. Muss ich mich wirklich damit abfinden oder können die GN-Leser mir helfen?»

Ischias

Frau D. S. aus Oftringen plagt sich seit einem Jahr mit hartnäckigen Ischiasschmerzen herum und hofft, die GN-Leserinnen und -Leser hätten einen guten Ratschlag für sie.

Schweisspilz

Frau A. H. aus Freudenstadt schreibt: Mein Mann leidet seit einiger Zeit unter einem sogenannten «Schweisspilz», der die Haut entlang der Innenseite der Arme und rund um den Oberkörper befällt. An anderen Stellen tritt der Pilz nicht in Erscheinung. Wir haben es bereits – erfolglos – mit Essigwaschungen und einer vom Hautarzt verschriebenen Lösung (mit Salicylsäure und Resorcin) probiert. Meine Bitte an die Leserschaft: Wer leidet an der gleichen «Erkrankung» und wer weiss Rat?»

Herzklappeninsuffizienz

Frau H. B. aus Nagold schreibt: «Ich bin 50 Jahre alt und habe eine Mitral- und Tricuspidalklappeninsuffizienz (undichte Stellen zwischen den Herzkammern und den Vorhöfen sowie Rückfluss von etwas Blut). Dazu kommen häufige Extrasystolen. Der Arzt meint, die Ursache sei eine Bindegewebsschwäche, Medikamente bräuchte ich noch keine. Ich möchte aber gerne vorbeugend etwas tun, damit das Leiden nicht noch schlimmer wird. Wer kann helfen?»

Schreiben Sie an:
Verlag A. Vogel / Leserforum
Postfach 63 / CH 9053 Teufen
Fax CH 071/ 333 46 84
E-Mail: info@verlag-avogel.ch