

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 58 (2001)  
**Heft:** 1: Kristalle : der Glanz der Natur  
  
**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:** 27.01.2026

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



# Das Leserforum

In dieser Rubrik veröffentlichen wir Briefe von Lesern, die andere Leser um Hilfe bei Gesundheitsproblemen bitten. Wir geben die Ratschläge unverändert weiter und weisen darauf hin, dass es sich jeweils um persönliche Erfahrungen handelt, die nicht in jedem Fall in gleicher Weise auf eine andere Person anzuwenden sind. Beanspruchen Sie daher im Zweifelsfall fachlichen Rat.

## Erfahrungsberichte

### Lichen ruber

Frau U. K. aus Olten fragte, was bei dieser Mundschleimhauterkrankung zu tun sei.

Frau L. Z. aus Egg schreibt: «Auch bei mir wurde vor einem Jahr diese Diagnose gestellt. Der Dermatologe sagte, man könne nicht viel machen und müsse damit leben. Er gab mir *Vitamin A* und *Zinkkapseln* sowie *Myrrhetinktur* zur Mundspülung. Diese Therapie hat mir

gut getan. Die Beschwerden kommen und gehen, sind aber gut zu ertragen. Ich beachte sie so wenig wie möglich und lebe gut damit.»

Frau E. P. aus Gottmadingen meint: «Diese Erkrankung ist jetzt relativ häufig. Sie kann durch Vogelkot (Hühner, Enten, Gänse, Tauben, Zoohandlungen) oder wie in meinem Fall durch den Zahnarzt übertragen werden. Man kann sich auch bei entsprechend gedüngtem Boden bei der Gartenarbeit infizieren. Meistens beginnt die Erkrankung – Monate nach der Ansteckung – im Mund. Sie kann jedes Organ und die Gelenke befallen oder sich verkapseln und jahrelang im Körper ruhen. Bis jetzt fehlen der Schulmedizin Medikamente, die für eine lange Behandlungszeit geeignet sind und gegen die der Erreger nicht resistent ist. Weil nur ätherische Öle in der Lage sind, die Kapsel zu durchdringen und den Erreger zu töten, hat man damit Erfolg. Man kann es leicht selbst testen, indem man drei bis vier Tage lang ein Stückchen frischen Meerrettich oder eine Knoblauchzehe in den Mund nimmt und darauf herumkaut. Wenn sich die befallenen Stellen nach diesen Tagen weiss verfärben, dann ist der Erreger – im Mund – abgestorben.



DIE LESERFORUM-GALERIE

Denise Roos: Kaffeekirsche



Dann sollte die Behandlung mit *Strongus* \* beginnen. Dieses Medikament hat nach meinem Wissen den höchsten Gehalt an ätherischen Ölen und riecht kaum. Die Einnahme von drei Kapseln am Tag sollte man 18 Monate lang durchhalten. Dazu muss man in den ersten Wochen jede Art Zucker, Weissmehl, Bier und Wein meiden. Gleichzeitig sollte man *Wobenzym N*, täglich sechs Dragées, nehmen. Ich nehme diese Mittel seit zwei Jahren und bleibe weiterhin dabei, weil man sich einfach gut fühlt.» (\* Knoblauch-Kapseln mit ätherischem Öl der Firma *franconpharm Arzneimittel GmbH*. Versand: Alexandrinenstrasse 1, D-96450 Coburg, Tel. D 09561/ 206 15)

Herr L. S. aus Löhne möchte «ein wirksames homöopathisches Mittel empfehlen: *Anacardium D4* in Tablettenform (Dt. Homöop. Union DHU). Dosierung: dreimal täglich eine Tablette unter der Zunge zergehen lassen.»



DIE LESERFORUM-GALERIE  
Edith Müller: Papaya-Baum\*

## Lipödem

Zur Anfrage von Frau E. V. aus Rodenbach wegen sehr schmerzhafter Lipödeme an den Beinen wussten die Leser keinen Rat.

Lipödeme sind nicht wie sonst Ödeme auf eine Wasser-, Lymph- oder Blutstauung zurückzuführen, sondern sind schmerzhaftes Schwellungen, Geschwulste, die mit Fett gefüllt sind. Sie kommen fast nur bei Frauen (vor allem an den Hüften) vor und sind häufig symmetrisch angeordnet. Die Experten des A.Vogel Gesundheitsforums raten zu *Lymphdrainagen*, *Shiat-su* und einer *vollwertigen Ernährung*.

## Knie-Bänder-Zerrung

Frau M.K. aus Zürich behandelt ihre Bänderzerrung am Knie vergeblich mit Voltaren, Ponstan, Wickeln und Bädern.

Frau J. v. B. aus Luzern schreibt: «Es ist wichtig, genau abzuklären, welche Bänder eine Zerrung erlitten haben und wie dies die Stabilität des Kniegelenks beeinträchtigt. Bei oberflächlich verlaufenden Bändern wie den Seitenbändern können *Ultraschall* und *Friktionen* (eine spezielle Massagetechnik) die Schmerzen lindern. Eine Kräftigung der Muskulatur verbessert die Stabilität im Knie und erhöht damit die Belastbarkeit des Gelenkes. Für einen richtig dosierten Aufbau braucht es aber Fachleute: Physiotherapeuten können sowohl die Massage als auch den Muskelaufbau ausführen.»

Frau H. Hofer aus Bruneck in Südtirol meint: «Es entspricht auch meiner Erfah-

Zu nebenstehendem Bild schreibt Frau Müller: «Es wurde im Januar in Australien aufgenommen. Nebst dem wunderbaren Fruchtfleisch esse ich jeweils einige wenige Kerne unzerkaut, da sie für die Verdauung gut sind. Einmal in der Woche kochen meine einheimischen Freunde die Blätter aus, und wir trinken den sehr bitteren Sud zur Malaria prophylaxe. Hartnäckige Flecken auf Kleidern reiben wir mit dem Saft der Papayablätter ein – nichts wäscht weisser als Papayablätter.»



rung als Fitness- und Rehatrainerin, dass Wickel und Bäder schmerzlindernd sind. Eine Bänderzerrung heilt jedoch nur dann von alleine, wenn keine Muskeldysbalancen entstehen. Empfehlenswerte Massnahmen: Einreibung von *Symphosan* (von A. Vogel); Funktionsmassage des Oberschenkels zur Entspannung; Entspannung der verkürzten Muskulatur, Lymphdrainage, Elektrotherapie, Behebung der Muskeldysbalancen. Kräftigung der auf das Kniegelenk einwirkenden Muskeln. Ein *Training* in einem seriösen Fitnesscenter könnte die nötige Kräftigung ausführen.»

## Neue Anfragen

### Panikattacken

Frau H. A. aus Hattenhofen schreibt: «Wer hat Erfahrung mit der Bewältigung von Panikstörungen. Mich überkommt panische Angst, sobald ich ganz allein bin, vor allem nachts, aber auch auf längeren Spaziergängen, allein im Auto, vor allem auf der Autobahn und in den Bergen. Ich suche dringend Hilfe. Es gibt sicher viele Menschen, welche die gleichen oder ähnliche Probleme haben.»

### Drehschwindel

Frau E. H. aus Basel möchte mit Unterstützung der GN-Leser einem Verwandten helfen: «Mein Bruder (61) erlitt vor elf Jahren einen Schlaganfall und hatte schon zwei Hörstürze. Er trägt Hörapparate, weil er beidseits schwerhörig ist. Seit den Hörstürzen leidet er trotz Einnahme von Medikamenten unter Gleichgewichtstörungen und Drehschwindel, was sich in letzter Zeit rapide verstärkt hat (vier bis fünf Anfälle von Drehschwindel in der Woche).»

### Schmerzen im Sprunggelenk

Frau E. E. aus Winterthur schreibt: «Vor vielen Jahren hatte mein Mann einen Verkehrsunfall, in dessen Folge ein Splitterbruch im Sprunggelenk operiert wurde. In letzter Zeit hat er beim Sitzen starke Schmerzen im Fuss, beim Laufen hingegen merkt er nichts. Wir wären für jeden guten Rat dankbar.»

## Fragen rund um Ihre Gesundheit?

### Gesundheitsforum

Telefon 071/335 66 00

aus dem Ausland: 0041/71/335 66 00



Das Beraterteam des Gesundheitsforums:

Dr. med Jürg Hess (li.),  
med. pract. Silvia Bommer,  
Naturheilkundeberater Lukas Herzig und  
Heilpraktikerin Gabriela Schnücker (re.)

gibt kostenlos Auskunft:

Montag bis Freitag:

8.00 bis 12.00 Uhr und 13.30 bis 20.00 Uhr

## Leserinnen und Leser fragen Leser/innen

Anfragen an das Leserforum  
der «Gesundheits-Nachrichten»  
richten Sie bitte an folgende Adresse:

A. Vogel Gesundheitsforum  
GN-Leserforum  
Postfach 43  
CH 9053 Teufen

Fax 071/335 66 12

E-Mail: r.vetter@bioforce.ch