

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 58 (2001)
Heft: 9: Wirksame Wickel für kranke Kinder

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: 24.01.2026

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 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

Fersensporn

Frau H. R. aus Regensdorf bat um Ratschläge bei schmerhaftem Fersensporn, welcher durch Überlastung, Rückenbeschwerden, Ablagerungen u.a. entstehen kann. Die Therapie richtet sich nach den Beschwerden. Neben

den speziellen Einlagesohlen werden gute Erfahrungen mit den Schuhen der MBT (Massai Barfuss Technik) gemacht.

Frau R. H. aus Sarnen schreibt: «Ich bekam vom Orthopäden eine extra weiche *Einlage*. Zudem brauchte ich die *Schüssler Mineralcremen* Nr. 1 (Calcium fluoratum), Nr. 2 (Calcium phosphoricum) und Nr. 11 (Silicea), welche ich 2- bis 3-mal am Tag auf die schmerzende Stelle auftrug. Nach einem Monat hatte ich keine Beschwerden mehr.»

Frau R. B. aus Aesch hatte Erfolg mit gallertartigen *Einlagen* vom Orthopäden, *Fussdehnungsübungen* (Physiotherapie) und *Hekla lava C12* (1 bis 5 Globuli täglich über längere Zeit).

Herr W. K. aus Stolberg teilt mit: «Meiner Frau wurde nach einer erfolglosen Spritzenkur eine Operation empfohlen. Durch Zufall erfuhr sie von Spezial-Einlegesohlen. Ein Fachmann für orthopädische Fusspflege passte ihr dann Einlagen (mit einem Loch an der Stelle des Fersensporns) an. Schon nach kurzer Zeit



DIE LESERFORUM-GALERIE

Ursula Holliger: Apfel (Jonagold)

war sie schmerzfrei – und ist es bis heute. Die Einlagen trägt sie nur noch zeitweise und an eine Operation denkt sie gar nicht mehr.»

Frau A. K. aus Bendorf in Deutschland gibt einen Rat weiter, der ihr bei einem Anruf im A. Vogel-Gesundheitsforum erteilt wurde: Sie nahm die homöopathischen Mittel *Aranea diadema D 6* und *Ledum palustre D4*, 3-mal 2 Tabletten täglich im täglichen Wechsel, und zusätzlich *Thuja D30*, 1 Tablette pro Woche. «Diese Mittel habe ich sehr regelmässig etwa sechs Wochen lang eingenommen, mit dem Erfolg, dass ich bis heute schmerzfrei bin.»

Frau A. B. teilt per E-mail mit: «Ich schlage Ihnen vor, sich über die Stosswellentherapie zu erkundigen. Mir brachte sie bei einer Kalkschulter hundertprozentige Heilung, und ich weiss, dass sie auch bei Fersensporn anwend-

bar ist. Auskunft erhalten Sie über die *Schweizerische Gesellschaft für Stosswellentherapie*, www.sgst.ch. (In D: www.DIGEST-eV.de oder Dr. Ulrich Dreisilker, Sekretariat Frau Regber, Postfach 100601, D 40806 Mettmann, Tel. und Fax 02053/8512)

Frau W. B. aus Kassel schreibt: «Ich habe selbst an beiden Füssen Fersensporn. Ich trage weich gepolsterte Einlagen, aber das allein hat mir keine Linderung gebracht. Wenn ich starke Schmerzen habe, was von Zeit zu Zeit vorkommt, haben mir folgende Tabletten sehr gut geholfen: *Osteoheel S* (Biolog. Heilmittel Heel GmbH, Dr. Reckeweg-Str. 2-4, D 76532 Baden-Baden) und *Biomineral Nr. 3 nach Dr. Schüssler* (Firma A. Pflüger GmbH & Co.KG, D 33388 Rheda-Wiedenbrück).»

Frau C. Z. aus Nürnberg hat folgende Erfahrung: «Mein Orthopäde verordnete mir *Röntgenreizstrom*. Nach acht Behandlungen, welche nur Sekunden dauern und überhaupt nicht schmerhaft sind, bin ich jetzt schon über ein Jahr beschwerdefrei. Die Kosten wurden von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen. Ich bin begeistert und kann das jedem nur empfehlen!»

Frau C. S. aus Gera berichtet: «Da ich selbst die Schmerzen des Fersensporns kenne (ich litt mehrere Jahre so, dass ich selbst in der Wohnung kaum gehen konnte), möchte ich einige Hinweise geben, die mich seit 1998 schmerzfrei gemacht haben. *Ultraschallbehandlung*, *Röntgenreizbehandlungen (12)*, *Rhododendron-Salbe S*, *Hekla-lava D3-D6*, *tactu-nerval-Salbe*, *Rizinusöl* zum Einreiben der Ferse (letzteres hat mir nach der Röntgenbehandlung sehr geholfen).»

Frau E. G. aus Bülach empfiehlt, «einen Dorn-Therapeuten aufzusuchen, denn: die Ferse sei zwar der Ort des Schmerzes, die Ursache sei jedoch an anderer Stelle zu suchen. So könne etwa eine Ischiasnervreizung bzw. ein subluxiertes Kreuzbein oder eine tief verspannte Sitzmuskulatur ursächlich sein.



DIE LESERFORUM-GALERIE
Ursula Lanz: Birne (Williams Christ)

Zwerchfellbruch

Ein Zwerchfellbruch, der erhebliche Magen- und Speiseröhrenprobleme mit sich bringt, plagt Herrn J. aus Schlangenbad.

Frau D. K. aus Reichenburg litt nicht unter einem Bruch, sondern unter einer Zwerchfell-Lähmung, die ohne Erfolg medikamentös behandelt wurde. Erst der konsequente Verzicht auf koffeinhaltige Getränke (Kaffee, Cola, Tee, Ice-Tea) brachte ihr Besserung.

Das A.Vogel-Gesundheitsforum rät, möglichst auf säureproduzierende Lebensmittel (Alkohol, Kaffee, Schwarztee, Käse etc.) zu verzichten, abends kleine und leicht verdauliche Mahlzeiten zu sich zu nehmen, keine im Taillenbereich einengende Kleidung zu tragen und mit leicht erhöhtem Oberkörper zu schlafen. Linderung (sowie eine Kräftigung des Zwerchfells) verschafft auch die von A. Vogel im «Kleinen Doktor» beschriebene Atemgymnastik (S. 712 bis 717 bzw. 734 bis 770): Beim Ausatmen den Bauch einziehen und beim Einatmen den Bauch langsam herauspressen.

Nystagmus

Die kleine Enkelin von Frau C. E. aus Enzersdorf leidet unter unwillkürlichen Augenbewegungen.

Frau E. I. aus Ebergötzen meint dazu: «Ich würde ihr täglich 5 Pastillen Silicea nach Dr. Schüssler geben. Und in der Nacht würde ich sie mit der Magnetfeldmaske der Firma Nikken schlafen lassen.»

Die Redaktion der GN hat eine hilfreiche Internet-Adresse gefunden: www.nystagmus.de/DNN_home.htm. Das DNN (Deutsches

Nystagmus Netzwerk) informiert dort über Ursachen, Symptome und Therapiemöglichkeiten des Augenzitterns. Schreiben kann man an DNN, c/o Markus Ehm, PF 30 02 40, D-44232 Dortmund, Fax: 0231 - 3950506, E-Mail: Info@Nystagmus.de

Neue Anfragen

Muskelschwund

Frau I. U. aus Stuttgart schreibt: «Wer weiss Rat und Hilfe bei der Krankheit ALS (amyotrophische Lateralsklerose)? Obwohl diese Krankheit nicht zu heilen ist, habe ich immer noch Hoffnung, dass man sie vielleicht zu einem Stillstand bringen könnte, so dass die Muskel schwäche und der Muskelschwund nicht weiter fortschreiten. Schulmedizinisch gibt es leider nichts. Ich bin 59 Jahre alt, leide seit einem Jahr an dieser Krankheit und bin, ehrlich gesagt, ziemlich verzweifelt.»

Hautpigmentstörung

Frau S. H. aus Reutlingen hat folgende Anfrage: «Auf beiden Handrücken habe ich weisse Flecken, die sich langsam aber stetig vergrössern. Eine Depigmentierung auf anderen Hautpartien kann ich bis jetzt nicht feststellen. Meines Erachtens handelt es sich um Vitiligo. Wer kann mir Ratschläge geben, damit das Wachstum dieser Flecken aufgehalten werden kann?» (Siehe auch Seite 8 dieser Ausgabe)

Darmparasiten

Frau I. L. aus Goldach schreibt: «Unsere achtjährige Tochter leidet unter Wurmbefall, den wir nicht richtig in den Griff bekommen. Die vom Hausarzt verschriebenen Mittel helfen nur eine Zeitlang, dann klagt sie erneut über Afterjucken (besonders abends) und Bauchweh, und ich stelle fest, dass sie dunkle Augenringe bekommt und schneller müde wird. Im Stuhl sind helle kleine Würmer zu erkennen. Kennt jemand eine (naturheilkundliche) Behandlung, die auf Dauer hilft? Unsere beiden anderen Kinder sind gesund. Einen Hund haben wir nicht.»

Leserinnen und Leser fragen Leser/innen

Anfragen an das Leserforum
der «Gesundheits-Nachrichten» an:
A. Vogel Gesundheitsforum/GN-Leserforum
Postfach 43/CH 9053 Teufen
Fax 071/335 66 12
E-Mail: info@gesundheitsforum.ch