**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 61 (2004)

**Heft:** 2: Rheuma : hilft Kälte oder Wärme?

**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:** 14.12.2025

**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. Wir möchten mal wieder die Gelegenheit nutzen, um uns ganz herzlich bei den Leserinnen und Lesern zu bedanken, die diese Rubrik am Leben erhalten, indem Sie ihr Wissen und ihre Erfahrungen an die Ratsuchenden weitergeben. Dafür vielen Dank an alle!**

## Erfahrungsberichte

### Krampfadern

Frau L. B. aus Stuttgart leidet unter dick geschwollenen Krampfadern.

Frau B. S. aus Fahrwangen empfiehlt, sich bequem hinzulegen, Beine in die Höhe und mit den Füssen zu kreisen. Anschliessend die Beine von den Füssen herzwärts ausstreichen. Täglich A. Vogel *Aesculaforce Venen-Gel* einreiben.

Herr H. C. aus Emsdetten empfiehlt am Morgen 10 Tropfen *Aesculus hippocastanum D2* (DHU ) 20 ml und am Abend 10 Tropfen *Hamamelis D3* Dil. (DHU). Empfehlenswert seien aber auch die Borago comp. Globuli der Firma Wala in Bad Boll (D). 1- bis 3-mal täglich 10 Globuli unter der Zunge zergehen lassen. Dieses Präparat enthält Rosskastanie und Zau-

*Die Leserforum-Galerie «Berge und Seen»*
*Ursula Schoch: Fälenalp ( im Mai, unter Wasser)*

bernuss. Zur Einreibung empfiehlt Herr C. eine 10%-ige Hamamelis Salbe (wegen der guten Salbengrundlage möglicht von Weleda).

Das A. Vogel Gesundheitsforum empfiehlt zur Behandlung der Krampfadern den *Aesculaforce Venen-Gel* von A. Vogel. Äusserlich 2-mal täglich sparsam auf die betroffenen Stellen einmassieren. Als innerliche Unterstützung empfiehlt das Gesundheitsforum die bewährten *Aesculaforce Venen-Tabletten*, ein Frischpflanzen-Präparat aus den Samen der Rosskastanie. Zu Beginn der Behandlung 3-mal täglich 2 Tabletten zum Essen mit etwas Wasser einnehmen. Nach 1 bis 2 Wochen 3 x täglich 1 Tablette zum Essen einnehmen. Zusätzlich sind Wechselduschen und kalte Kniegüsse sehr empfehlenswert. Verzichten Sie auf Sonnenbäder und halten Sie sich nach Möglichkeit an die Regel: Lieber laufen und liegen als sitzen und stehen. Bevorzugen Sie eine vollwertige Ernährung und lesen Sie die ganzheitlichen Tipps in «*Das A. Vogel Venen-Buch*» (siehe auch S. 43). Allerdings sollte man bei dick geschwollenen Krampfadern auch nicht versäumen, einen Venen-Facharzt zu konsultieren.

## Kälteallergie

Frau E. M. aus Baden leidet unter einer Kälteallergie. Die geschilderten Symptome sind: Rötung und Juckreiz am Körper, Schwitzen im Bereich von Nacken und Hals sowie Husten und Atemnot beim Einatmen kalter Luft.

Frau B. S. aus Fahrwangen rät zu einer *Nahrungsumstellung*: «Keine Zitrusfrüchte, alle Südfrüchte im Winter meiden. Keine Milch und Milchprodukte, ausser wenig Quark und Schafskäse. Naturbelassen essen, ungespritzte, saisongerechte Früchte und Gemüse verwenden. Kaltgepresste Öle, Oliven- und

*Die Leserforum-Galerie «Berge und Seen»*
*Wilfried Otteni: Blick vom Caveljoch (zwischen Graubünden und Vorarlberg) auf den Lünersee*

Rapsöl, kein Sonnenblumenöl. Täglich *Urticalcin* von A. Vogel einnehmen.

### Muskelschwund

Zu diesem Thema aus dem Dezember-Heft sind bis zum Redaktionsschluss keine Antworten eingetroffen.

### Bluthochdruck (Nachtrag GN 10/03)

Frau R. M. aus Mammern beschreibt eine Methode, mit der sie verblüffenden Erfolg hatte: «1. Am Morgen auf nüchternen Magen 1 Glas Grapefruitsaft. Wirkt sehr gut und gibt keine Magenprobleme. 2. Am Abend fünf Baumnüsse essen. 3. Täglich 60 Gramm reine Haferflocken als Suppe, Müesli etc. Alle drei Massnahmen sind sicher ohne Nebenwirkungen!»

Frau A. S. aus Haiterbach empfiehlt täglich 2 Tassen *Schafgarbentee* schluckweise zu trinken. Zusätzlich 4 bis 6 *Gewürznelken* kauen. Auch *Knoblauch* hat eine sehr gute Wirkung auf den Blutdruck. Am besten mit geraspelten Äpfeln gemischt einnehmen.

### Zufallende Augenlider (Nachtrag GN 11/03)

Herr B. K. aus Eusserthal nennt folgende Empfehlungen: «Als Allererstes sollte dem *Herzen ein wenig Unterstützung* gegeben werden: Dazu verhilft Eukalisan Amp. von der Firma Steigerwald. Zweimal wöchentlich eine Ampulle. Zusätzliche Reina suis Injeel von der Firma Heel. Zweimal wöchentlich eine Ampulle in einem halben Glas Wasser auflösen und kaffeelöffelweise über die nächsten beiden Tage oder drei Tage verteilt einnehmen. Öfters täglich die Lider, oben und unten einreiben mit *Quercus- Salbe* (von Wala). Über Nacht ein Salbenläppchen auflegen. Natürlich gehört auch eine Ernährungsumstellung dazu: Keine Eier, kein Fleisch, weder Wurst oder Schinken noch Speck. Und nur ganz wenig Butter. Viel Rohkost, viel trinken (drei Liter pro Tag, auch wenn's schwer fällt!)».

## *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

## Neue Anfragen

### Schmerzhafte Verkrümmung der Zehen

Frau H. B. aus Wald hofft auf einen Rat, denn Ihre Zehen verkrümmen sich zunehmend zu einer krallenähnlichen Form, was nicht zuletzt auch mit Schmerzen in den Zehengelenken verbunden ist. Sie schreibt: «Weiss jemand woher diese Veränderungen kommen und was ich dagegen tun könnte?» Vom Hausarzt habe sie den Bescheid bekommen, es sei eine Alterserscheinung!

### Sehnenscheidenentzündung

Frau U. S. aus Zürich schreibt: «Vor eineinhalb Jahren begann eine akute Sehnenscheidenentzündung um den inneren Knöchel mit starker Geschwulst. Nach etwa sechs Monaten waren wenigstens die starken Schmerzen besser. Trotz Medikamenten, Spritzen und Wickeln plagen sie mich weiterhin, und ich bin jeden Morgen froh, einigermassen gehen zu können. Der Fuss bleibt bis zum Abend immer leicht geschwollen.»

### Bauchmigräne

Ob jemand Bauchmigräne kennt, mit dieser Frage schreibt uns Frau U. L. aus Bätterkinden. Sie leidet schon seit 8 Jahren ca. alle 6 bis 8 Monate an heftigen Bauchkoliken. «Es beginnt mit starker Übelkeit, heftigen Schmerzen im Bauch, dann kommen Erbrechen und Durchfall dazu, alles muss aus dem Körper. Anfangs wurden Divertikel diagnostiziert und mit Antibiotika behandelt, aber das war falsch. Im Magen wurde noch nichts Krankhaftes gefunden. Der Arzt meint, es sei Bauchmigräne.»