Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 61 (2004)

Heft: 6: Heilkräfte einer Königin

Rubrik: Was? Warum? Wie?

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: 08.08.2025

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

Das A.Vogel Gesundheitsforum

In dieser Rubrik begegnen Sie, wie Sie wissen, den Experten am Telefon des Gesundheitsforums – diesmal wieder der Heilpraktikerin Gabriela Schnückel.

Sommerzeit – Venenzeit. Jetzt kommt sie wieder die Zeit der heissen Tage. Die Zeit, auf die wir schon so lange gewartet haben. Die Wintergarderobe ist eingemottet, gefragt sind leichte Sachen, und man zeigt wieder mehr Bein. Apropos Bein – da war doch was? Natürlich, die ewige Last mit den Venen und das gerade im Sommer. Für die Venen lässt sich zum Glück eine ganze Menge machen; schliesslich sollten wir unseren Beinen, die uns treu überall hintragen, ganz besondere Aufmerksamkeit schenken. Hier bietet sich neben den tollen kalten Kneippgüssen die Leberpflege z.B. mit Bitterstoffen an, regelmässige Bewegung, gute vollwertige Ernährung auch die Einnahme der Aesculaforce-Tabletten (in D: Venen-Tropfen N) von A. Vogel an. Diese wirken relativ schnell entstauend, und ein angenehmes, leichtes Gefühl stellt sich ein.

Eine tolle Erfahrung durfte ich bei den Messen machen, wo man lange stehen muss und die Beine nach 10 Stunden arg schmerzen. «Selbst schuld», sagte ich mir, «warum nimmst du nicht die Tabletten, wenn du es doch allen empfiehlst, die lange stehen oder sitzen müssen??» Zum Glück hatte ich welche dabei und probierte diese aus. Was für ein Unterschied! Die Kollegen und Kolleginnen versorgte ich gleich mit, so wurde die Messe kein Alptraum für unsere Beine.

Eine Anruferin teilte mir kürzlich mit, dass sie seit der Einnahme von Aesculaforce keine Last mehr mit ihren Hämorrhoiden habe, so sei sie gleich zwei Übel losgeworden. Eine andere Anruferin freute sich, seitdem weniger Probleme beim Sitzen im Flugzeug zu haben.

Achten auch Sie auf ihre Beine; es lohnt sich vorzubeugen. Wechseln Sie öfters das Schuhwerk, achten Sie auf lockere Kleidung und Schuhe, machen Sie kalte Güsse oder geniessen Sie die Wohltat des Wassertretens. Ihnen allen einen schönen und erholsamen Sommer.

• Gabriela Schnückel

Nicht nur Kinder lechzen an heissen Tagen danach: ein kühles Glacé oder erfrischendes Eis. Vor lauter Lust auf die kalte Pracht, knabbert man grössere Stücke vom Eis am Stiel oder löffelt etwas schneller aus dem Eisbecher. Da passiert es ganz plötzlich: Ein stechender Schmerz in der Stirnmitte. Dieses Schmerzsyndrom wird auch

Eiscreme-Kopfschmerz

genannt. Bis zu 40 Prozent der Bevölkerung kennen dieses Sekunden bis wenige Minuten dauernde Phänomen, und Migräne-Patienten sind häufiger betroffen als andere. Mit der Eiscreme selbst hat der Schmerz nichts zu tun, aber mit deren Temperatur. Ursache des Schmerzes ist nämlich ein Kältereiz, der entweder auf den Gesichtsnervs Nervus trigeminus wirkt oder den hinteren Gaumen so stark abkühlt, dass ein Krampf in den Blutgefässen ausgelöst wird, der zu einer Minderdurchblutung des Gehirns führen kann. Auslöser für den Eiscreme-Kopfschmerz können auch eiskalte Getränke oder Drinks mit zerstossenem Eis sein. So unangenehm der plötzliche Schmerzanfall ist, ein Grund zur Besorgnis ist er nicht. Die Schmerzen sind weder Warnsymptom für eine neurologische Erkrankung, noch haben sie etwas mit Veränderungen im Gehirn zu tun.

Was man dagegen tun kann? Eine Vorsichtsmassnahme ist, das Glacé nicht zu «schlingen». Eine Erste-Hilfe-Massnahme ist, den Rachenraum möglichst zu erwärmen: Zunge zurückrollen und die wärmere Unterseite gegen den Gaumen pressen. Eine Alternative: Glacé mit warmer Schoggi-Sauce oder Eis mit heissen Beeren.

• IZR