

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 61 (2004)

**Heft:** 12: Heilen mit Honig

**Rubrik:** Treff & Talk

### 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:** 22.01.2026

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



## Treff & Talk mitmachen • mitteilen • mitgestalten

### Leserforum

#### Briefe an die Redaktion:

Gesundheits-Nachrichten  
Postfach 63  
CH 9053 Teufen

#### E-Mail:

c.rawer@verlag-avogel.ch

#### [www.g-n.ch](http://www.g-n.ch)

Nachrichten,  
Aktionen,  
Abo-/Buch-  
bestellungen,  
Sachregister  
1995 – 2003

Diese regelmässige Rubrik der «Gesundheits-Nachrichten» beruht auf dem Prinzip «Leser helfen Lesern». Wir veröffentlichen schriftliche Anfragen von Lesern, die bei einem Gesundheitsproblem um Hilfe bitten.

Andere Leserinnen und Leser, die ihre Meinung dazu äussern möchten oder über eigene Erfahrungen in der Behandlung verfügen, teilen ihr Wissen mit – eine solidarische und praktische Hilfe zur Selbsthilfe.

Hier ist einer für den anderen da, hilft weiter, gibt Tipps und vermittelt gesundes Wissen.

#### Briefe an das Leserforum:

Gesundheits-Nachrichten Leserforum  
Postfach 43, CH 9053 Teufen  
E-Mail: [info@gesundheitsforum.ch](mailto:info@gesundheitsforum.ch)

### Gesundheitsforum

Bei Fragen rund um das Thema «Gesundheit und Naturheilkunde» oder Auskünften zu A. Vogel-Produkten berät Sie ein geschultes Expertenteam am Telefon. Dieser Service ist für Abonnenten der «A. Vogel Gesundheits-Nachrichten» gratis. Bitte nennen Sie bei einem Anruf Ihre Kundensummer. Nicht-Abonnenten wählen für Rat und Auskunft in der Schweiz die Nummer 0900 028 028. In den ersten 5 Minuten gebührenfrei, danach Fr. 3.-/Min.

#### Anrufe an das Gesundheitsforum:

Tel. **071 335 66 00**

vom Ausland: **0041 71 335 66 00**

Montag, Dienstag, Donnerstag  
und Freitag

8.00 bis 12.00 und 13.30 bis 17.00 Uhr



Leserforum-Galerie  
«Berge und Seen»

Vérende Graf:  
Abendstimmung bei  
Brisbane, Australien.

## Das Leserforum

### Erfahrungsberichte

#### Rosacea

Frau T. V. aus Ettingen fragte nach Hilfe bei dieser Hauterkrankung.

Frau D. M. aus Zürich ist mit folgender Behandlung seit fünf Monaten fast beschwerdefrei: Das Gesicht mit lauwarmem und anschliessend mit kaltem Wasser waschen. Vaseline, mit Paraffinöl gemischt, etwa sechsmal am Tag als Creme benutzen. «Da mein Körper übersäuft ist, nehme ich über längere Zeit 3 x 1 TL Nimbasit-Pulver (von Biosana) zum Es-sen und für einige Monate das chinesische Medikament Lin Qiao 8 vor dem Essen (3 x 3 Kapseln).» Ausserdem verzichtet sie auf Hartkäse und Weizenmehl, bevorzugt Vollkornreis und Dinkelmehl sowie insgesamt basische Ernährung.

#### Warze zwischen den Stimmlippen

Frau R. C. aus Wiesbaden suchte wirksame Mittel gegen ein wiederkehrendes Papillom zwischen den Stimmlippen, um eine Operation zu vermeiden. Ein Arzt aus Bayern empfiehlt, Thuja D12 und Silicea D10 zweimal täglich einzunehmen.

Frau Dr. S. Bommer ergänzt: Wenn die Knötchen durch Überanstrengung hervorgerufen werden, was ebenfalls möglich ist, kann auch die Gabe von homöopathischer Arnika hilfreich sein.

#### Jucken um das Ohr

Hierzu empfiehlt Herr J. R. aus Goldach, täglich drei Tassen Brennesseltee zu trinken, dem man noch einen Teelöffel Schwedenkräuter beifügen kann. «Gut

wäre auch die A. Vogel Leberdiät mit hochwertigen Eiweissen aus Milch, Jogurt und Quark. Vermeiden Sie vor allem Schweinefleisch. Wünsche Ihnen einen guten Erfolg.»

## Neue Anfragen

### Darmerkrankungen

Frau K. M. aus Neftenbach sucht Hilfe, da sie seit Jahren unter einer Lähmung des Schliessmuskels am After leidet. Trotz vollwertiger Ernährung und viel Bewegung stellte sich keine Besserung ein. Der Arzt empfiehlt eine Operation. «Welche Leserin, welcher Leser hat diese Operation erlebt und wäre bereit für ein offenes Gespräch? Wer weiss vielleicht Alternativen?»

Frau M. S. aus Winterthur leidet seit einer Darmkrebsoperation vor 20 Jahren an starkem Durchfall. «Ich bin zwar auch in ärztlicher Behandlung, aber für einen Rat wäre ich sehr dankbar.»

### Prostataentzündung

Herr A. K. aus Therwil sucht Hilfe bezüglich einer bakteriellen Prostatitis, die nicht auf Antibiotika anspricht. «Bestimmt wären auch viele andere Leser für einen Rat dankbar!»

### Hauterkrankung Pityriasis

Frau K. S. aus Bern schreibt uns: Bei einer Bekannten wurde Pityriasis rubra pilaris diagnostiziert. Wer kennt wirksame Mittel?» Pityriasis ist eine seltene Hauterkrankung ähnlich der Schuppenflechte.

In der Rubrik «Leserforum» veröffentlichen wir persönliche Erfahrungsberichte. Nicht immer sind sie in gleicher Weise auf andere Personen anzuwenden. Beanspruchen Sie daher in Zweifelsfällen stets fachlichen Rat.

### Schwächegefühl und Zittern

Frau F. N. aus Köstenberg fühlt seit mehreren Monaten eine unangenehme Schwäche in der linken Hand und dem linken Bein. Dazu tritt ein unerklärliches Zittern am ganzen Körper in Zusammenhang mit erhöhtem Puls. Bei ruhigem Puls hört das Zittern auf. «Die Schilddrüse arbeitet normal, und laut Hausarzt ist Parkinson ausgeschlossen. Wer kann helfen?»

## Leserbriefe

### Kinder und Jugendliche mit Rheuma

GN 10/04

Der Artikel zum Kinderrheuma hat sehr viele Reaktionen ausgelöst. Wir geben einige Zuschriften unserer Leser in gekürzter Form wieder.

### Komplementärmedizin fehlt

Der Artikel von H. Scholz hat mich wütend gemacht. Wie kommt ein engagiertes Gesundheitsmagazin dazu, der Schulmedizin so viel Raum zu geben, ohne ernsthaft komplementärmedizinische Möglichkeiten zu beschreiben? Die Zitate von Dr. Kümmel-Deschner wie z. B. «Wir haben nichts gegen zusätzliche alternative Therapien, so lange die schulmedizinische Behandlung eingehalten wird», zeugen von Arroganz. Es ist unverantwortlich, schon kleine Kinder mit Cortison und ähnlichem zu «behandeln». Gerade Kinder sprechen auf natürliche Methoden ausgezeichnet an.

Katharina Seibel, Zürich

### Heilung mit Bircher-Benner

Vor vielen Jahren litt ich selbst an Rheuma, lehnte jedoch Cortisonbehandlungen ab, da ich viele Rheumakranke kannte, die lebenslang krank blieben. In



#### Leserforum-Galerie «Berge und Seen»

Rita Götte:  
Föhnlustmung rund  
um den Säntis - im  
Vordergrund der Alt-  
man.

meiner Kindheit hatte mir die damals berühmte Pianistin Elly Ney erzählt, dass ihre Polyarthritis durch die Rohkosttherapie nach Bircher-Benner geheilt worden war. Ich beschloss, einen Versuch zu machen; gewöhnte mich schnell an diese Kost und nach einigen Monaten bemerkte ich bereits eine Linderung. Zur Optimierung meines Programms ging ich täglich eine halbe Stunde schwimmen. Nach etwa fünf Monaten war ich wieder völlig gesund. Was ich nicht verstehe: Bircher-Benner war ein anerkannter Arzt. Warum integrieren die heutigen Schulmediziner seine doch so erfolgreichen Ernährungstherapien nicht in ihre Therapiekonzepte? Das ist und bleibt mir ein Rätsel.

Silvia Sachs, Grenchen

#### Informationsbedarf

Dass schon Kinder Rheuma haben können, war mir neu. Ich glaube, da ist wirk-

lich ein grosser Informationsbedarf vorhanden.

Kerstin Bassler-Kölbl, Stuttgart

#### Auch Kinderrheuma ist heilbar

Am Rheuma-Artikel hat mir nicht gefallen, dass die Ärztin nur auf konventionelle Methoden ausgeht. Ich habe schon als Kind an Rheuma gelitten. Man sagte mir bereits, dass ich beim Abitur im Rollstuhl würde sitzen müssen. Durch gesunde Ernährung und Lebensweise, z. B. nur ökologische Kost, viel Gemüse, sehr wenig Fleisch und Fisch, ayurvedisch gekochtes Wasser am Morgen, kurz gebrühten Zinnkrauttee vor und nach dem Essen sowie viel Bewegung, die Verwendung von Naturmaterialien im Haushalt und A. Vogel Rheuma-Gel für die Hände, bin ich heute (mit 69 Jahren) fast beschwerdefrei.

Erika van Riesen, Bad Wörishofen

## Das A.Vogel Gesundheitsforum

Dezember: Im Haus duftet es nach Plätzchen und Kuchen, der Braten steht im Ofen, das Feuer im Kamin brennt, und man geniesst den grauen Alltag auf der Couch.

Hört sich alles schön romantisch an, aber stopp: Wer denkt jetzt daran, dass er bald aus seinen Träumen herausgerissen werden könnte – durch eine schöne Kolik, einen blühenden Ausschlag oder durch die Gelenkschmerzen, die sicherlich nur durch die Kälte ausgelöst wurden!?

Was passiert mit uns? Alles geht in den Winterschlaf – auch unser Stoffwechsel. Seien wir mal ehrlich: so viel Zucker, Weissmehl, Fett, Nüsse und Mandeln, nehmen wir im ganzen Jahr nicht zu uns wie in dieser Zeit. Der Körper wird überflutet mit Stoffen, die er sonst selten oder in Spuren erhält. Unsere Speicher sind übervoll und explodieren. Die Folgen können sich in Form einer Allergie äussern oder die Gelenke schmerzen oder es kneift im Bauch. Das Immunsystem kann mit Entzündungen reagieren und Hautausschläge oder Husten oder sogar Atemnot auslösen. Daher sollten wir fair zu unserem Körper sein und ihn nicht so sehr mit übermässigem, vor allem fettem, Essen belasten. Die Leckereien reizen uns alle – aber bitte mit Verstand naschen, damit uns eine versteckte Allergie nicht einholt. Bewusstes Naschen lohnt sich jetzt. Geniessen wir die schöne Zeit mit einem Buch und einem aromatischen

Tee. Versuchen Sie, nur jeden vierten Tag das gleiche Nahrungsmittel zu wählen: nur alle vier Tage Zucker oder Weissmehl ... Das bewirkt, dass die Speicher nicht überfliessen. Bei deftigem Essen sollte man schon eine halbe Stunde vorher Artischockensaft trinken, damit alle Verdauungssäfte zur Verfügung stehen – also nicht erst nach dem Käsefondue einen Artischockenschnaps, der, gebettet auf den Käse, lange darauf warten muss, zu wirken. Sollten Ihnen die Gelenke bei Diätsünden Probleme machen, denken Sie an den wertvollen Tipp von Alfred Vogel: 4 EL Honig vermischt mit 1 EL Symphosan im Wasserbad erwärmen und diese Mischung auf die schmerzenden Gelenke streichen und weiterhin auf eine ausgewogene lacto-vegetarische Ernährung achten. (Denken Sie daran, dass Gebäck neben Zucker, Nüssen und Mehl auch Eier enthält).

Stärken Sie Ihr Immunsystem mit kalten Waschungen und wohligen Fussbädern am Abend, mit viel frischer Luft, Bewegung und vitaminreicher Kost. Gönnen Sie Ihrem Körper die Möglichkeit, sich zu regenerieren und überfordern Sie ihn nicht. Es lohnt sich für Sie, diese Tipps zu befolgen, damit Sie gut erholt aus dem «Winterschlaf» erwachen. Bis dahin wünsche ich Ihnen eine schöne Zeit und beste Gesundheit!

Gabriela Schnückel



In dieser Rubrik  
begegnen Sie  
den Experten am  
Telefon des  
Gesundheits-  
forums – dieses  
Mal der Heilprak-  
tikerin Gabriela  
Schnückel.

## In Sachen A. Vogel-Produkte

Aufgrund neuer Anforderungen der Swissmedic können bestimmte Arzneimittel leider nicht mehr ohne eine aufwändige und kostspielige Zulassung vertrieben werden. Die Swissmedic ist das Schweizerische Heilmittelinstitut und zuständig für die Registrierung von Medizinprodukten.

Dementsprechend muss die Bioforce AG den Verkauf einiger Präparate leider einstellen. Folgende Urtinkturen aus der so genannten «Grünen Linie» sind nur noch bis Ende Dezember 2004 oder wenig länger erhältlich:

Allium ursinum (Bärlauch-Tinktur)  
Helianthus tuberosus (Topinambur-Tinktur)  
Hypericum perforatum (Johanniskraut-Tinktur)  
Imperatoria ostruthium (Meisterwurz-Tinktur)  
Plantago lanceolata (Spitzwegerich-Tinktur)  
Salvia officinalis (Salbei-Tinktur)  
Spilanthes (Parakresse-Tinktur)  
Taraxacum officinalis (Löwenzahn-Tinktur)  
Viscum album (Mistel-Tinktur).

### Impressum

#### A. Vogel Gesundheits-Nachrichten

Natürlich gesund leben  
Dezember 2004, 61. Jahrgang  
Erscheint 11-mal im Jahr

#### Redaktionsadresse

Verlag A.Vogel AG,  
Hätschen, Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
Telefon 071 335 66 66,  
v. Ausland: ++41 71 335 66 66  
E-Mail: info@verlag-avogel.ch

#### Internet

www.verlag-avogel.ch  
www.g-n.ch

#### Herausgeberin

Denise Vogel

#### Chefredaktion

Dr. rer.nat. Claudia Rawer (CR)  
c.rawer@verlag-avogel.ch

#### Stellvertretung:

Clemens Umbricht (CU)

#### Mitarbeiter dieser Ausgabe

Dr. Marcel Brander (MB)  
Christine Weiner (CW)  
Clemens Umbricht (CU)  
Ingrid Zehnder (IZR)  
Gabriela Schnückel (Leserforum)

#### Copyright

by Verlag A.Vogel AG

#### Satz, Lithos

Seelitho AG, Stachen

#### Fotos

Aura Fotoagentur, Corbis  
Bildagentur Baumann/Stockfood  
Fotos-Direkt, Foto-Agentur Sutter  
Getty Images, naturganznah  
Izabelle Rozenbaum/PhotoAlto  
Bioforce (B. Blum, A. Rhyser,  
G. Langer), T. Enz, H. Lacher,  
Prof. M. Hamburger, W. Jost  
Dr. R. Spohn, C. Umbricht

#### Druck

Zollikofer AG, St. Gallen

#### Papier

Chlorfrei gebleicht

#### Jahresabonnement

Schweiz: Fr. 33.–  
EU: Euro 22.–  
übriges Europa: CHF 38.–  
Naher Osten, Nordafrika:  
CHF 45.– / Euro 30.50  
Übrige Länder:  
CHF 48.– / Euro 32.50

#### Einzelheft

CHF 4.90 / Euro 3.15

#### Anzeigen

Cornelia Huber.  
Telefon 071 335 66 70  
c.huber@verlag-avogel.ch

#### Abonnements

Verlag A.Vogel AG  
Hätschen, Postfach 63  
CH-9053 Teufen  
Telefon 071 335 66 55  
Fax 071 335 66 88  
für Deutschland und Österreich:  
Telefon 0041 71 335 66 55  
Fax 0041 71 335 66 88

#### Verlag A. Vogel Konstanz

Telefon 075 33 40 35

#### Abonnementszahlungen

Mit beilieg. Einzahlungsschein:

In der Schweiz:  
Postscheckkonto Nr. 90-7440-5  
Verlag A.Vogel AG, 9053 Teufen  
CREDIT SUISSE St.Gallen  
Konto-Nr. 539-420524-71  
Verlag A. Vogel AG, 9053 Teufen

#### In Deutschland:

Postbank D-76127 Karlsruhe  
Konto-Nr. 007 008 275 6  
BLZ 66 010 075  
IBAN DE40 6601 0075 0070 0827 56  
Verlag A.Vogel AG  
CH-9053 Teufen

#### In Österreich:

Raiffeisenbank A-6800 Feldkirch  
Konto-Nr. 2.040.194  
BLZ 37 422  
Verlag A. Vogel AG  
CH-9053 Teufen

#### Übriges Ausland:

Bankscheck, ausgestellt auf:  
Verlag A.Vogel AG  
CH-9053 Teufen