Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 62 (2005)

Heft: 4: Gute Zähne, schlechte Zähne

Rubrik: Treff & Tipps

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

Treff & Talk

mitmachen • mitteilen • mitgestalten

Leserforum

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

Gesundheitsforum

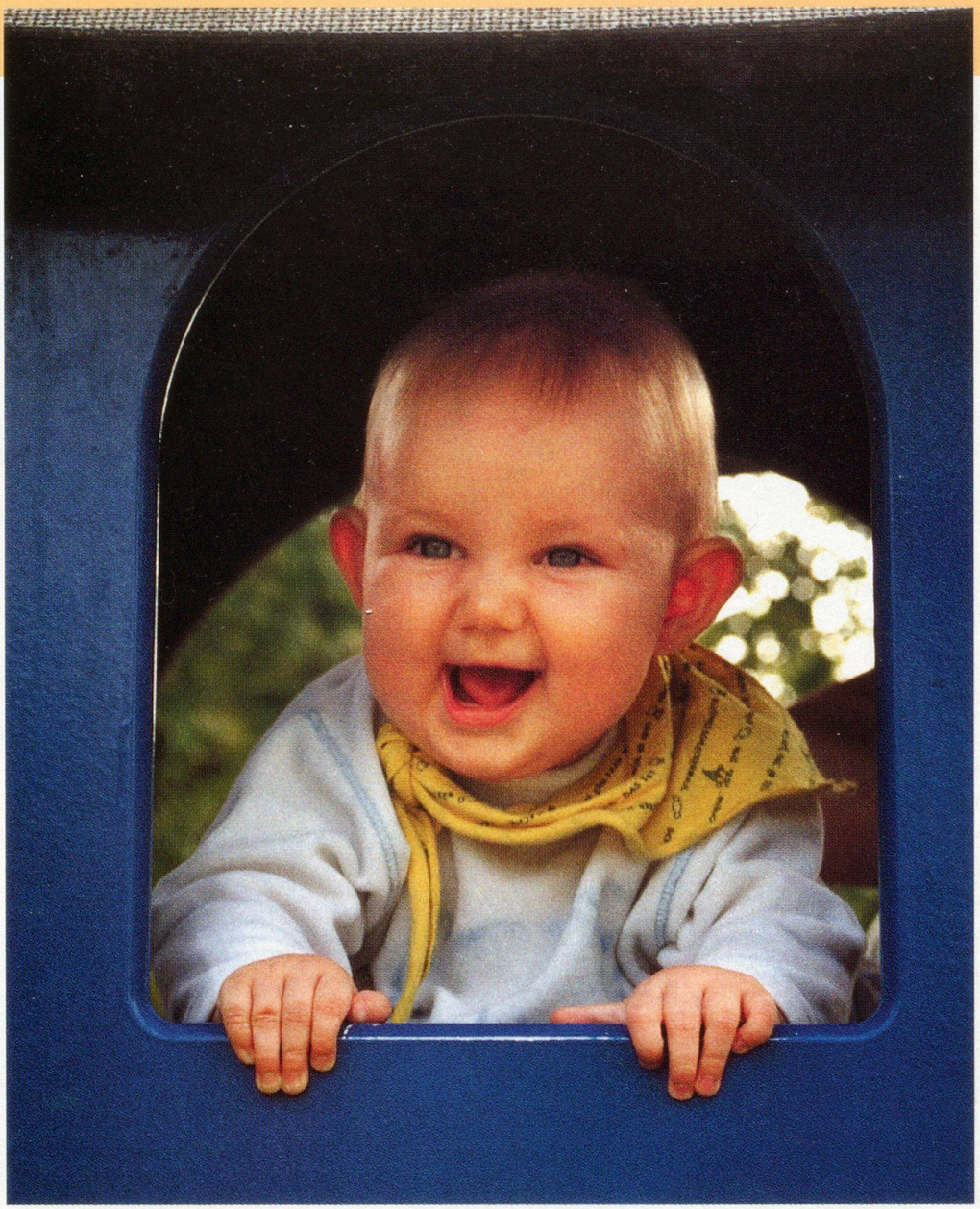
Bei Fragen rund um das Thema «Gesundheit und Naturheilkunde» oder Auskünften zu A. Vogel-Produkten berät Sie ein geschultes Expertenteam am Telefon. Dieser Service ist für Abonnenten der «A. Vogel Gesundheits-Nachrichten» gratis. Bitte nennen Sie bei einem Anruf ihre Kundennummer.
Nicht-Abonnenten wählen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

Briefe an die Redaktion:
Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen

E-Mail:
c.rawer@verlag-avogel.ch

www.g-n.ch
Nachrichten, Aktionen, Abo-/Buchbestellungen, Sachregister 1995 – 2004



Leserforum-Galerie «Kinderbilder»

Peggy Burkhardt: Giulia strahlt dem Frühling entgegen.

Das Leserforum

Erfahrungsberichte

Flache Knötchenflechte

Herr A. S. aus Appenzell suchte Hilfe für seine Frau, die unter Lichen ruber an der Mundschleimhaut leidet.

Dr. med. S. Bommer hat bereits im Dezember ihren Rat an Frau S. übermittelt. Sie schlägt neben einer fachlichen Betreuung in psychischer Hinsicht eine Unterstützung des Immunsystems vor: «Förderliche Massnahmen aus dem Repertoire A. Vogels sind Violaforce, Biocarottin, Urticalcin und Weizenkeimölkapseln sowie die Sorge für regelmässigen Stuhlgang (Boldocynara) und ausreichende Nierentätigkeit (Nephrosolid plus zwei Liter Wasser täglich).»

Frau Dr. C. V. aus Stuttgart hält es ebenfalls für wichtig, dass Frau S. psychische Unterstützung und Ermunterung zuteil wird. «Ausserdem muss man wissen, dass – so unangenehm diese Erkrankung ist – sie in den allermeisten Fällen innerhalb von zwei Jahren abklingt. Jede Woche, die man übersteht, ist also eine gewonnene Woche.»
Frau M. H aus Zürich hat ein ausgezeichnetes Gedächtnis und macht darauf aufmerksam, dass in den GN Januar 2001 Ratschläge zu dieser Erkrankung veröffentlicht wurden. Damals wurden Frau L. Z. Vitamin A, Zinkkapseln und Myrrhetinktur zur Mundspülung verordnet, die auch halfen, die Beschwerden zu lindern. Weiterhin wurde von Lesern empfohlen, jeden Tag ein Stückchen frischen Meerrettich oder Knoblauch zu kauen. Herr L. S. aus Löhne riet zu dem homöopathischen Mittel Anacardium D4 in Tablettenform.
Ebenfalls eine homöopathische Behandlung empfiehlt im aktuellen Fall Herr Dr. med. D. aus Coburg, und zwar mit folgenden Globuli D 30: Zincum valerianicum, Acidum phosphoricum und Selenium (erhältlich von Staufen-Pharma) sowie Olivenöl für Mundspülungen.
Durch Zufall spricht Frau J. K. aus Muttenz ein Thema dieser GN-Ausgabe an: die ganzheitliche Zahnmedizin. Ihr Schwiegersohn litt mehrere Jahre an der Flachen Knötchenflechte. «Vor kurzem wurde er innerhalb von zwei Monaten von seinen Beschwerden befreit – und zwar durch die Behandlung bei einem ganzheitlich arbeitenden Zahnarzt. Ich nehme an, dass dieser Luzerner Arzt auch Adressen von Kollegen in anderen Kantonen angeben kann.» (Name und Adresse des Luzerner Zahnarztes sind der Redaktion bekannt).
Frau D. W. aus Küttigkofen hatte bei Mundschleimhautentzündung gute Erfolge mit der so genannten Gemmotherapie. «Bis zur Besserung stündlich ein bis zwei Stösse Gemmo-Mundspray Johannisbeer-Knospenmazerat (Ribes nigrum) in den Mund sprühen.»

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.

Luftstauungen in der Brust

Frau A. K. aus Alpnach suchte Hilfe bei Luftstauungen im Brustbereich. Herr Dr. M. D. aus C. sieht hier einen Zusammenhang von Bauchspeicheldrüse und Herz. Er empfiehlt eine homöopathische Behandlung, je nach Symptomen, mit Zincum sulfuricum, Scilla maritima und Okoubaka, jeweils D 30, ausserdem eine Teemischung aus je 30 Gramm Pfefferminze, Schafgarbe und Tausendgüldenkraut, 25 Gramm Salbei und je 20 Gramm Bitterklee und Enzian.

Neue Anfragen

Jucken unter der Vorhaut

Frau D. W. aus D. fragt an: «Bei meinem Mann wurde vor zwei Jahren die Prostata komplett entfernt. Seitdem hat er unter der Vorhaut des Penis von Zeit zu Zeit ein starkes ‹Beissen›. Hat jemand aus der Leserschaft auch schon so etwas erlebt und ein Mittel, Salbe, Tropfen oder dergleichen angewendet? Wir sind für jeden Tipp dankbar!»

Knick im Penis

Herr M. G. aus F. bittet um die Veröffentlichung folgenden Problems: «Ich bin 58 Jahre alt und hatte bisher einen normal funktionierenden Penis. Nach einer

Leserforum-Galerie «Kinderbilder»

Eva Thönen: Elisa prüft die Wanderschuhe: Ob das Profil noch reicht?

Vasektomie (Unterbindung der Samenleiter) vor drei Monaten habe ich nun plötzlich einen starken Knick nach oben, etwa im vorderen Drittel des Glieds, festgestellt. Der Urologe bezweifelt einen Zusammenhang mit der Unterbindung; dieser Defekt eines Schwellkörpers käme recht häufig vor. Da ich mich vor einer Operation scheue, frage ich mich, ob es Leser gibt, welche dieses Problem auf andere Weise beheben oder mindestens bessern konnten? Und gibt es eventuell auch Tipps, um mit diesem Handicap doch noch einen für beide Partner erfüllenden Geschlechtsverkehr haben zu können?»

Karpaltunnelsyndrom

Frau H. R. aus Neusäss leidet seit etwa einem halben Jahr an einem beidseitigen Karpaltunnelsyndrom. «Wer weiss einen Rat, um die Taubheitsgefühle in den Händen – ohne Operation – wegzubringen?»

Tennisellenbogen

Frau M. v. R. aus Kestenholz schreibt uns: «Mein Sohn, 40 Jahre alt, spielt schon jahrelang Tennis. In letzter Zeit aber bekommt er davon häufig Schmerzen im Arm. Vielleicht weiss jemand einen guten Rat?»

Hoher Cholesterinwert

Frau M. P. aus Reute hat – bei völlig normalem Gewicht – immer zu hohe Cholesterinwerte und muss Tabletten dagegen einnehmen. «Mein Gewicht ist schon seit 30 Jahren gleich. Vielleicht kennt jemand aus dem Leserkreis Alternativen zur Medikamenteneinnahme?»

Schmerzen nach Überkronung

Frau H. F. aus L. war wegen ihres Problems bereits bei zwei Zahnärzten, die ihr aber bislang nicht helfen konnten. «Vor gut einem Jahr habe ich an den zwei vorderen Schneidezähnen Goldkronen einsetzen lassen. Seither plagen mich immer wieder Schmerzen im Mund – es ist eine Spannung, manchmal mehr, manchmal weniger. Hat jemand etwas Ähnliches erlebt? Ich wäre sehr dankbar für einen Rat.»

Helicobacter pylori

Bei Herrn R. S. aus Bern wurde das Bakterium Helicobacter pylori festgestellt, und er möchte wissen, was man gegen diese Magenerkrankung tun kann. «Eine Kur mit Antibiotika habe ich hinter mir – ohne Erfolg. Kann man diese Kur eventuell wiederholen – oder weiss jemand sonst einen guten Ratschlag?»
(Hellicobacter pylori lebt innerhalb der Schleimschicht des Magens und produziert dort Ammoniak, um die Magensäure zu neutralisieren. Es ist massgeblich an der Entstehung von Magenschleimhautschäden und Geschwüren beteiligt. D. Red.)

Nagelpilze

«Ein Nagelpilz reisst mir den letzten Nerv aus» schreibt uns Frau M. S. aus Zürich. Die Nägel der grossen Zehen werden immer dicker. Ähnlich ergeht es Frau I. G. aus Deutschland, die sich per E-Mail an das Leserforum wandte. Auch bei ihr hat sich der Nagel am grossen Zeh verändert. «Oberflächlich ist nichts zu spüren, aber der untere Rand wurde immer heller und schiebt sich nach vorne. Auch macht sich immer wieder ein dumpfer Schmerz bemerkbar.» Wer hat Erfahrungen damit und kann weiterhelfen?

Nesselartiger Ausschlag

Frau E. H. aus Schömberg leidet schon seit etwa neun Monaten an einem sehr stark juckenden, nesselartigen Ausschlag an den Beinen. «Da ich nicht ständig Cortisonsalben nehmen möchte, wäre ich für Ratschläge aus dem Leserkreis sehr dankbar. Im akuten Stadium versuche ich, mit Fenistil-Gel Linderung zu bekommen – das gelingt aber nur bedingt. Auch Versuche mit Schwarzkümmelöl (in Kapseln und zum Einreiben) habe ich bereits gemacht, aber auch das war leider kein durchgreifender Erfolg. Im übrigen ernähre ich mich vollwertig und gesund!»

Magen- und Bauchschmerzen

Frau L. W. aus Gossau weiss sich nicht mehr zu helfen. «Ich bin 65 Jahre alt, wiege 50 Kilogramm, esse seit Jahren keine fetten Speisen, bewege mich auch viel an der frischen Luft, und trotzdem habe ich immer Magen- und Bauchschmerzen. Die Medikamente, die ich bekomme, nützen nichts. Vielleicht weiss ein Leser Rat?»

Das A.Vogel Gesundheitsforum

In dieser Rubrik begegnen Sie den Experten am Telefon des Gesundheitsforums – dieses Mal der Apothekerin Ingrid Langer.

In fast 1000 Meter Höhe, oberhalb von Teufen im Appenzellerland, dort, wo Alfred Vogel seine Naturheilklinik hatte, befindet sich unser Gesundheitsforum. Vor unseren Augen breitet sich das wunderschöne Panorama der Ostschweizer Alpen aus. Auf den Wiesen in der Umgebung und in unserem von A. Vogel angelegten Heilpflanzengarten, aus dem er Kräuter für seine ersten Frischpflanzentinkturen erntete, können wir beobachten, wie unter der wärmenden Frühlingssonne das Heilkräuter-Leben erwacht. Ein erstes Kräutchen lässt sich schon blicken. Es erstrahlt in leuchtendem Gelb und ist ein Vorbote für eine Vielzahl weiterer Heilkräuter, die bis in den Herbst hinein gedeihen und bei uns zu bewundern sind. Es ist der Gemeine Löwenzahn (Taraxacum officinale), auch unter regionalen Namen wie Kuhblume, Hundszunge, Rossbluem, Peerbloom (plattdeutsch) oder Botterstock bekannt. Den Namen «Löwenzahn» verdankt er seinen gezähnten Blättern. Löwenzahn erlangte grosse Beliebtheit als Frühlingssalat. Aus den jungen, frischen Blättern lässt sich ein köstlicher Wildsalat anrichten. In seinem Buch «Der kleine Doktor» empfiehlt Alfred Vogel gesunden und kranken Menschen selbst gesammelte Löwenzahnblätter als Blutreinigungs-Salat.

Gesichert ist die medizinische Anwendung des Löwenzahns – sozusagen von Kopf bis Fuss – seit dem Mittelalter: In der Volksmedizin verwendete man ihn in Form von Abkochungen als Augenwasser (bei Augenentzündungen) sowie bei Schwellungen der Füsse. Schon früh wurde Löwenzahn für kosmetische Zwecke entdeckt. So schreibt Hieronymus Bock in seinem berühmten „New Kreuterbuch (1539-51): «Die wiber pflegen sich auch under augen mit disem wasser zu weschen / verhoffen dadurch ein lautter angesicht zu erlangen / und die rote purpur oder bläterlin (= Sommersprossen) zu vertreiben».

Heute bewährt sich der Löwenzahn bei chronischen Krankheitszuständen des Stoffwechsels und der inneren Organe, insbesondere bei Rheuma und Gicht. Dabei wird ihm ein zellulärer Angriffspunkt zugeschrieben. Der Hauptangriffspunkt von Taraxacum ist die Leber. Ein Bitterstoff (ein Glycosid des Taraxacolids) fördert den Gallenfluss. Flavonoide (mit einem breiten Wirkungsspektrum und Radikalfängereigenschaften) entfalten unter anderem entzündungshemmende Wirkungen. Löwenzahn enthält zahlreiche Mineralstoffe, z. B. weist er einen hohen Kaliumgehalt auf. Befindlichkeitsstörungen wie Völlegefühl, Blähungen und Verdauungsbeschwerden werden hilfreich beeinflusst. Auch wird ihm eine günstige Wirkung bei Diabetes mellitus zugeschrieben. Nicht zu unterschätzen ist seine diuretische (harntreibende) Wirkung – daher auch der Name «Bettseicher»! A. Vogel empfiehlt Löwenzahn auch als Frischpflanzentinktur oder in seinen Boldocynara-Tropfen (in D: Artischocken-Tropfen V) mit einer Kombination der Tinkturen aus Löwenzahn, Artischocke, Boldoblättern und Pfefferminze. Boldocynara entfaltet eine noch stärkere Wirkung als Löwenzahntinktur oder –tee für sich allein.

Wenn Sie Fragen zur Anwendung von Löwenzahn oder Boldocynara haben, so beraten wir Sie gerne. Rufen Sie uns an!

Ingrid Langer

Gesundheits-Erlebnistage 2005

Beim Gesundheits-Erlebnistag am 19. April in Roggwil sind noch Plätze frei. Marlene Weber und ihr Team können Ihnen auf dem A.Vogel Gesundheitsweg «Aktiv gegen Rheuma» eine Fülle von natürlichen Hilfen bei rheumatischen Erkrankungen zeigen (siehe auch GN März 2005, «Auf dem Weg zur Gesundheit»). Gesunde Ernährung und natürliche Heil- und Vorsorge-Massnahmen stehen im Zentrum. Zum Erlebnistag gehören auch ein Betriebsrundgang in der Firma Bioforce mit Einblicken in die Produktion, die Herstellung einer «eigenen» Tinktur, eine Degustation sowie ein gesundes Frühstück und Mittagessen. Anmeldung und Auskünfte: Marlene Weber, Tel. (0041) (0) 71 454 62 42.

Neues Diskussionsforum im Internet

«Ich bin berufstätig und würde gerne ein wenig entschlacken – und dabei vielleicht auch ein Pfündchen oder zwei abnehmen. An Fastenkuren wage ich mich nicht so recht heran, aber jetzt habe ich die A.Vogel-Kur von einer Kollegin empfohlen bekommen. Was meinen Sie dazu?» Antworten auf diese und ähnliche Fragen finden Sie im Internet unter **www.gesundheitsforum.ch**. Ganz neu steht Ihnen hier ein Online-Diskussionsforum zur Verfügung, betreut von Gabriela Schnückel, der erfahrenen Heilpraktikerin des A.Vogel-Gesundheitsforums. Klicken Sie sich ein und machen Sie mit!

Impressum

A. Vogel Gesundheits-Nachrichten
Natürlich gesund leben
April 2005, 62. Jahrgang
Erscheint 11-mal im Jahr

Redaktionsadresse
Verlag A.Vogel AG,
Hätschen, Postfach 63
CH-9053 Teufen
Telefon 071 335 66 66,
v. Ausland: 0041 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
Maria Habich
Heinz Staffelbach
Ingrid Zehnder

Copyright
by Verlag A.Vogel AG

Satz, Lithos
Seelitho AG, Stachen

Fotos
Bokelberg, Getty Images
naturganznah
Bioforce (B. Blum, A. Ryser, G. Langer), Zefa blueplanet
T. Enz, H. Lacher, M. Ryffel
Dr. H. Schwertfeger, Dr. R. Spohn
Dr. H. Staffelbach, W. Jost

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