Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 63 (2006)
Heft: 3: Therapien fürs Bindegewebe

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: 03.10.2025

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

Treff & Talk

Mitmachen • mitteilen • mitgestalten:

Das A.Vogel Gesundheitsforum • Das Leserforum mit seiner Fotogalerie • A. Vogel Aktiv Club • Leserbriefe • Infos extra

Das A.Vogel Gesundheitsforum

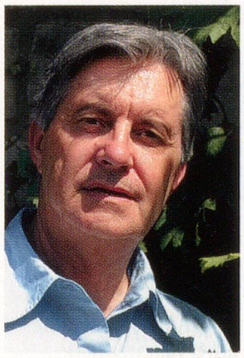
In diesen Tagen werden wir von der Natur wieder reichlich beschenkt: mit mehr Licht, klareren Farben, wärmeren Tagen. Vermehrt zieht es uns hinaus, und wenn wir Veilchen, Hyazinthen und Märzenbecher schnuppern, dann riechen wir den Frühling.
Der Duft des Bärlauchs inspiriert uns, unseren Menüs neuen Frühlingsschwung zu geben, zum Beispiel mit einem Wildkräutersalat mit Blüten, oder wir erfreuen uns an der Vielfältigkeit des Spargels. Ja, der Frühling tut Körper und Geist gut. Die Müdigkeit des Winters ist vorbei, es drängt uns, die Joggingschuhe oder das Fahrrad bereitzustellen. Wir haben wieder Elan und betreiben so ganz nebenbei eine stärkende Gesundheitsvorsorge.

Dabei sollten wir aber jene Menschen nicht vergessen, die sich einer chronischen Krankheit, einer Stoffwechsel-, Lungen-, Kreislauf- oder Nervenerkrankung stellen müssen. Und auch so manches «Superbakterium» hat für viele einen langen Leidensweg zur Folge – mit Magengeschwür, Borreliose oder ständigen Blasenentzündungen.

Für solche Menschen setzen wir unser Wissen über natürliche Heilmethoden mit grösster Freude und Aufmerksamkeit ein – so, wie es Alfred Vogel sagte: «Die Natur ist eine grosse Heilerin. Alles, was der Mensch tun kann, ist, die natürlichen Vorgänge durch geeignete Massnahmen wirkungsvoll zu unterstützen.»

Das zeigen auch schon kleine Erfahrungen wie die eines Herrn aus Basel: Nachdem er in den «Gesundheits-Nachrichten» 2004 zum ersten Mal von der «Fünf-Tage-Entschlackungskur» mit Molkosan, Artischocken-, Tomaten- und Brennnesselsaft gelesen hatte, führte er diese Kur in jedem Frühjahr durch.
Auch in diesem Frühling will er sie unbedingt wiederholen. Der Grund, in seinen Worten: «Leichteres Gewicht, bessere Atmung, erhöhte Konzentrationsfähigkeit – und viele kleine ‹Bobos› sind einfach wie weggeblasen.»
Wenn das kein gutes Gefühl ist! Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern eine stabile Gesundheit und angenehmes Wohlbefinden.

Lukas Herzig



In dieser Rubrik begegnen Sie den Expertinnen und Experten am Telefon des Gesundheitsforums – dieses Mal Lukas Herzig.

Telefon 071 335 66 00, vom Ausland 0041 71 335 66 00.
Bei Fragen rund um das Thema Gesundheit und Naturheilkunde berät unser Expertenteam GN-Leserinnen und -Leser gratis:
Mo., Di., Do. und Fr. von 8.00 bis 12.00 und 13.30 bis 17.00 Uhr.

Leserforum-Galerie «Verborgene Schönheiten»

Judith Herbeck: Fröhlich und frühlingshaft stimmt die Löwenzahnwiese.

Das Leserforum

Erfahrungsberichte

Haarausfall

Aufgrund einer Autoimmunerkrankung trat bei Frau B. P. aus Bettingen ein Haarausfall auf.

Herr H. H. aus Simmelsdorf leidet selbst seit einiger Zeit an kreisrundem Haarausfall und schreibt: «Ich entschloss mich zu einer naturheilkundlichen Behandlung, im Einzelnen:

1. Nahrungsergänzungsmittel (Cellagon und Eufaexym)
2. Biochemische Mittel der Firma JSO
3. Homöopathische Mittel der Firma JSO
4. Soft Hair Laser Behandlung: geht über einen Zeitraum von 6 Monaten.

Nach zwischenzeitlich drei Monaten hat sich der Zustand meiner Haare deutlich gebessert. Die noch vorhandenen Haare sind fester, stabiler und glänzender geworden. Auf den meisten vom Haarausfall betroffenen Stellen wachsen wieder Haare nach. Ich bin gespannt, wie das Ergebnis nach sechs Monaten aussieht. Bin jedenfalls sehr zuversichtlich.»

Frau G. S. aus Herisau merkt an, dass eine homöopathische Behandlung sinnvoll sei. Die Anwendung von Cimicifuga (Traubensilberkerze) könnte helfen, wenn ein hormonabhängiger Haarausfall vorliegt.

Ergänzungsbehandlung Brustkrebs

Frau B. R. aus Chavannes leidet an Brustkrebs und suchte nach zusätzlichen Behandlungsmöglichkeiten.

Herr Dr. med. H. C. aus Emsdetten hat in langjähriger Praxis immer wieder gute Erfahrungen mit folgenden Medikamen-

ten gemacht: «Als erstes flüssige Bierhefe (Metz Panaktiv der Fa. Metz in Kelkheim (D), dann Gelum-Tropfen (Fa. Dreluso in Hessisch-Oldendorf (D), Chelidonium comp. Tropfen und Vitis comp. Tabletten (Fa. Weleda) und Opsonat spag. (Fa. Pekana in Kisslegg (D)).
Ich würde Ihnen auch raten, eine kurzfristige stationäre Behandlung in der Clinica St. Croce (Tessin) durchführen zu lassen. Dr. Dario Spinedi hat bereits jahrelange Erfahrung mit homöopathischen Einzelmitteln bei der Behandlung Krebskranker. Die Adresse: Via al Perco 27, CH-6644 Orselina.»
Frau U. G. aus Kreuzlingen schreibt: «Als selbst Betroffene (OP im Juli 2004) empfehle ich Ihnen die konstitutionelle homöopathische Therapie. Sehr vielversprechend ist auch die Visualisierungs-Methode nach Dr. O. C. Simonton, Onkologe und Facharzt für Strahlentherapie.»
(Bücher von Dr. Simonton sind im Fachhandel erhältlich. Bei seiner Methode sollen körperliche Genesungsprozesse und Behandlungsmethoden mit Hilfe der Vorstellungskraft in ihrer Wirkungsweise unterstützt werden).

Krallenzehen

Frau E. B. aus Dillingen/Donau suchte den Rat der Leserinnen und Leser wegen Krallenzehen, die möglicherweise operiert werden sollten.
Frau F. S. aus Schlieren empfiehlt Abstandhalter für den Zehenzwischenraum (im Fachhandel). «Es erleichtert das Gehen und mit der Zeit gewöhnen sich auch die krummen Zehen daran, wieder etwas gerader zu werden. Auch sollte man die Zehen täglich mit Oliven- oder Johannisöl mit Zusatz von Lavendelöl bearbeiten und sehr sanft strecken. Geduld muss man schon haben mit den krummen Dingern!»
Dr. med. M. D. aus Coburg schlägt vor, «verursachende Schädlichkeiten auszuleiten. Dann muss man sehen, ob die vorgeschlagene sanfte Methode weitere Operationen entbehrlich macht. Ich empfehle die homöopathischen Mittel Vesica urinaria und Echinacea angustifolia (Globuli D30) sowie Spirulina plus von Dr. Hittich (Kerkrade, NL).»
Der Tipp von Frau S. M. aus Wabern: «Sehr zu empfehlen sind das Buch von Dr. med. C. Larsen ‹Gut zu Fuss ein Leben lang›, Trias Verlag, und eine Therapie mit Spiraldynamik (neues therapeutisches Konzept der anatomisch richtigen Bewegung, d. Red.). Ich bin so z.B. meinen therapieresistenten Fersensporn losgeworden.»

Spannungskopfschmerz

Herr H. F. leidet bereits seit langer Zeit unter Kopfschmerzen, für die er keine Ursache finden kann, und suchte nach Ratschlägen.
Frau E. K. aus Heiden rät, es mit Magnesium zu versuchen. «Ich empfehle Ihnen, auch diesen Versuch noch zu machen. Durchhalten, bis das Magnesium aufgebraucht ist – eine Dose reicht sehr lange. Meine Beschwerden wurden damit zum Verschwinden gebracht.»
(In Studien hat sich hoch dosiertes Magnesium bei Kopfschmerz/Migräne als günstig erwiesen, d. Red.)
Frau E. U. aus Zürich empfiehlt aus persönlicher Erfahrung Hypericum-Urtinktur und einen guten Dorn-Therapeuten.
Frau R. G. aus Lenningen rät: «Vielleicht wäre noch zu prüfen, ob eine Schiefstellung des Atlaswirbels vorliegt. Auch die Kiefergelenke können eine Rolle spielen.

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.

Leserforum-Galerie «Verborgene Schönheiten»

Alois Schmid: Als «Pusteblume» bereitet uns der Löwenzahn erneut Freude.

In der Februar-Ausgabe zeigte die Leserforum-Galerie das Bild eines Schachtelhalms. Dabei handelte es sich aber nicht um den Ackerschachtelhalm, wie in der Bildunterschrift angegeben, sondern vielmehr um den (giftigen) Riesenschachtelhalm.

Möglich wäre aber auch ein Zuviel an Physiotherapie und Massage – eine Ruhepause zur Entspannung ist darum wichtig. Auch das Führen eines Tagebuches kann ich empfehlen. Dann kommt man eher dahinter, nach welchem ‹Tun› oder ‹Nichttun› man Probleme hat.»
Das Gesundheitsforum ergänzt, dass Massagen nach der Methode Dorn-Breuss sowie Lehm- oder Johannisölauflagen im Nacken hilfreich sein können. (A.Vogel Johannisöl ist in der Schweiz in Apotheken und Drogerien erhältlich).

Neue Anfragen

Knirschende Halswirbelsäule

Frau H. S. aus Heilbronn hat ein Problem mit der Halswirbelsäule. «Seit drei bis vier Jahren ‹knirscht und kracht› es bei fast jeder Bewegung meines Kopfes. Der Orthopäde sagt, solange es nicht weh tut, sei es nicht schlimm. Es belastet mich aber sehr, da die Geräusche zum Teil so laut sind, dass ich sogar nachts davon aufwache. Über einen Rat würde ich mich sehr freuen.»

Ischiasschmerzen

Frau M. S. aus Löffingen leidet seit drei Jahren an Ischiasbeschwerden. «Nachts kann ich nicht mehr auf der rechten Seite schlafen.
Ich habe schon etliche Therapien ausprobiert, jedoch ohne deutliche Besserung. Ausserdem habe ich seit mindestens zehn Jahren schon Rücken- und Nackenbeschwerden. Kann mir jemand eine geeignete Therapie empfehlen?»

Blasenoperation

Frau M. S. aus Obersteckholz fragt an: «Hat eine Leserin oder ein Leser mit einer Operation der Blasenschliessmuskeln Erfahrungen gemacht? Für Antworten wäre ich sehr dankbar.»

Können Sie helfen? Wissen Sie einen guten Rat? Schreiben Sie an:
Gesundheits-Nachrichten
Leserforum
Postfach 43, CH 9053 Teufen
E-Mail: info@gesundheitsforum.ch

Swiss Snow Walking Event 06

Blitzblauer Himmel, strahlende Sonne, Pulverschnee – schöner hätte Arosa die 1872 Frauen, Männer und Kinder am 7. Januar nicht empfangen können.

Mit dabei im AktivClub

Der A.Vogel AktivClub war mit dabei, ebenso wie Leserinnen und Leser der «Gesundheits-Nachrichten» und Mitarbeiter von Bioforce/A.Vogel. Das Feld reichte vom fünfjährigen Buben bis zu den sportlichen älteren Herrschaften über siebzig. Genossen haben es alle Teilnehmer: Das Echo war ausnahmslos positiv, überall sah man lachende und strahlende Gesichter.

1872 Sieger

Der grösste Teil der Nordic Walker entschied sich für die mittlere Strecke von 11,2 Kilometern, über 300 wagten sich sogar auf den anspruchsvollen «Crazy Snow Walk» über 17 Kilometer.

Um Leistung ging es nicht in Arosa, obwohl alle ihr eigenes Laufdiplom abholen konnten. Die Zeit wurde gemessen, jedoch keine Rangliste geführt – die allerschnellsten brauchten weniger als eine halbe Stunde, einige liessen sich richtig gemütlich Zeit und kamen erst nach zwei bis drei Stunden ins Ziel.

Wer walkt, tut seinen Venen Gutes

Auch neben der Wegstrecke durch die herrliche verschneite Landschaft gab es noch einiges zu sehen und zu erleben, etwa eine entspannende Massage oder die Messung der Knochendichte bei der Helsana.

A.Vogel informierte am Stand in der Tennishalle über die Wichtigkeit gesunder

Die Landschaft um Arosa bot sich zum Swiss Snow Walking Event in ihrer ganzen Pracht dar.

Gleich geht es los! Die Teilnehmer des Swiss Snow Walking Events warten auf den Start.

Venen. Viele Besucher liessen hier eine Venenmessung durchführen und holten sich im Gespräch mit der Fachfrau Sylvie Hölterhoff wertvolle Tipps.
Schon im Alltag kann man viel für seine Venen tun, sei es ein kalter Kneippguss am Morgen nach der Dusche oder die regelmässige Pflege mit Aesculaforce (in D: Venentropfen), das mit der natürlichen Kraft der Rosskastanie die Spannkraft der Venenwände verbessert. Nordic Walking hält die Venen jung und fit und macht auch noch riesigen Spass.

Leserbriefe

Noch einmal Blauen-Klinik Biokinematik, GN 9/05

Mir wurde dort sehr geholfen. Nach Monaten in verschiedenen Kliniken, mit Schmerzen und vollkommener Immobilität, konnte ich nach einer Woche wieder gehen!
Die Kritik verstehe ich deshalb nicht. Das Essen war wunderbar und wurde mir freundlich aufs Zimmer gebracht, so lange ich nicht ins Restaurant gehen konnte. In der Klinik wurden schöne Blumen aufgestellt, es gibt einen kleinen Teich und einen japanischen Garten. Die Benutzung der Sauna ist kein Problem, weil sich immer vier Personen finden.

Monika Hepke, Karlsruhe

Briefe an die Redaktion:
Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
E-Mail:
c.rawer@verlag-avogel.ch

Wohltuender Ingwer, GN 11/05

Mit Interesse las ich Ihren Artikel über Ingwer, der meine Beobachtungen bestätigt, dass Ingwer gut in der Schwangerschaft eingesetzt werden kann.

Heide Fischer, Freiburg, Autorin «Frauen-Heilbuch»

Schlafstörungen durch Altersherz Schlafzeit – Lebenszeit, GN 12/05

In dem Artikel heisst es, viele Menschen über 65 wachten allein wegen eines erhöhten Harndrangs auf. Ich denke, das hat mehr mit dem «Altersherz» zu tun. Bei Tag wird nicht mehr genügend Blut durch die Nieren gepumpt und deshalb zu wenig Wasser ausgeschieden.
Nimmt man rechtzeitig (alle über Fünfzigjährigen) A.Vogel Weissdorntropfen bzw. Crataegisan, reduziert sich dieses Problem, und man kann sich auch bergauf beim Marschieren noch unterhalten.

Dr. med. Eckhard Bonnet, Reutlingen

Manche Kinder sind anders (ADHS), GN 1/06

Der Report «Manche Kinder sind anders» hat mich als ehemaligen Grundschul-Rektor besonders gereizt. Mein Kommentar: Sehr gut recherchiert, sehr ausgewogen dargestellt.

Siegfried Schwab, Illertissen