

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 64 (2007)  
**Heft:** 3: Neues zur Misteltherapie

**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:** 02.05.2026

**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

### Heilpflanzenwissen muss gepflegt werden

Pioniere wie Alfred Vogel, Sebastian Kneipp, Pfarrer Künzle und viele andere suchten nicht in erster Linie, ihre Produkte marktkonform zu «stylen», sondern sie schätzten den Charakter und Wert der Heilkräuter. Das Ziel der Pioniere aller Jahrhunderte war es, zu einer umfassenden Naturerkenntnis zu gelangen.

An einem Ärztekongress wurde Alfred Vogel vorgehalten, er solle sich nicht vor Neuem und bislang Ungewohntem verschliessen, denn ohne Veränderung gäbe es keine Entwicklung. Abgeklärt erwiderte er: «Das stimmt beim Traubensaft. Der braucht Veränderung und Entwicklung – aber ohne Pflege gäbe es keinen guten Wein.»

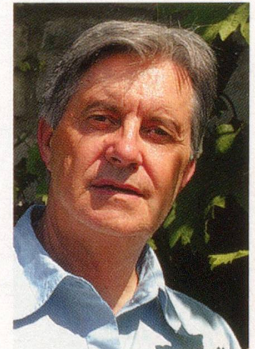
Es stimmt natürlich, heute kann man z.B. durch Gentechnik in das organische Gefüge einer Pflanze eingreifen, sie manipulieren, doch das Naturprodukt wird dadurch nicht automatisch besser. Ein Grundsatz von Alfred Vogel hat immer noch Gültigkeit: «Der Mensch kann nicht ohne Natur leben, wohl aber die Natur ohne Menschen.» Gerade in unserer schnelllebigen, hochtechnisierten Zeit ist der Mensch geneigt, manchmal durch das Gesetz gezwungen, sich dem «Ent-

weder-Oder-Prinzip» zu unterstellen. Auch Zulassungsverfahren für Heilmittel werden immer komplizierter und bürokratischer, ohne dass deswegen die Arzneimittelsicherheit erhöht wird. Doch das Bedürfnis der Menschen, bewährte Therapien und Hausmittel nicht einfach zur Seite zu stellen, lässt bewährte Arzneipflanzen alle Stürme überstehen.

Eine steile Karriere macht heute die Teufelskralle (*Harpagophytum procumbens*) bei der Behandlung verschleissbedingter Gelenk- und Rückenbeschwerden, bei Rheuma, Gicht, Arthritis, Arthrose und Muskelschmerzen. Wirkstoffe der Teufelskralle haben aufgrund ihrer ausgeprägt blutreinigenden und ausleitenden Eigenschaften auch günstigen Einfluss auf den Stoffwechsel.

Wenn uns berichtet wird: «Durch die A.Vogel Rheuma-Tabletten\* fühlte ich mich schon bald vitaler und freier, meine wiedergefundene Bewegungsfähigkeit macht mich einfach glücklich», dann ist das für uns wie ein schönes Kompliment. Wir freuen uns über jede Rückmeldung und danken allen, die uns ihre Erfahrung zum Nutzen der Leserschaft mitteilen.

Lukas Herzig



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

\* nicht in Deutschland erhältlich



#### Unser Service: das Gesundheitstelefon

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  
«Kleine  
Krabbeltiere»

Stefan Lüthi:  
Blattläuse bei der  
Arbeit.

## Das Leserforum

### Erfahrungsberichte

#### Kalkschulter

Frau G. F. aus München fragte die Leserinnen und Leser nach Erfahrungen mit der sehr schmerzhaften Kalkschulter.

Frau A. K. antwortete per E-Mail: «Mein Freund in Paris hatte zehn Jahre lang eine quälende Kalkschulter, bis ich für ihn dort einen Microkinesitherapie-Behandler fand. Er ist nun vollkommen schmerzfrei. Ich bin so begeistert, dass ich nun selbst diese Zusatzausbildung mache – und zwar in München! Ich wün-

sche Ihnen gute Besserung und gebe interessierten Lesern gerne die Adresse meiner Lehrerin weiter.»

Frau H. O. aus Rhäzüns und Frau A. H. aus Knutwil haben beide gute Erfahrungen mit einer Stosswellenbehandlung gemacht. «Nach anschliessender Physiotherapie kann ich meine Schulter – mit geringer Einschränkung – wieder ordentlich bewegen», freut sich Frau H. O.

Frau B. W. aus Stuttgart empfiehlt bei einer Kalkschulter das Stoffmittel Nr. 6,

Solidago cp., von der Firma Iso Arzneimittel (nur in D erhältlich), in einer Dosierung von zwei bis drei Mal 10 Globuli am Tag.

### Glomerulonephritis

Unterstützende und alternative Massnahmen bei dieser chronischen Krankheit sucht Frau M. S. aus Haar.

Dazu bekamen wir bisher keine Rückmeldungen von Lesern. Das Gesundheitsforum empfiehlt eine Unterstützung der Nieren mit Wickeln, Tees und A.Vogel Goldruten-Urtinktur, in Deutschland A.Vogel Goldruten-Tropfen.

### Meniskus

Eine operative Herausnahme des Meniskus möchte Frau B. W. aus Berlin möglichst vermeiden und bat die Leserinnen und Leser um Ratschläge.

«Ich habe gleich zwei Erfahrungen mit einem ‹zerfetzten› Meniskus», schreibt Herr H.-J. T. aus Luxemburg, «in beiden Fällen der innere. Im ersten Fall, am linken Knie, habe ich mich nicht zur Operation durchringen können, da ich weder Schmerzen noch Schwellungen hatte, obwohl der Meniskus manchmal heraussprang. Diese Probleme haben sich nach etwa zwei Jahren gegeben. Der Facharzt bestätigte mir später, dass nach zwei Jahren der Körper die Zerfetzung selbst abbaut und eine Operation nicht mehr erforderlich ist.

Im zweiten Fall, am rechten Knie, habe ich mittels Arthroskopie operieren lassen, da nach anstrengenden Wanderungen das Knie sehr geschwollen war. Nach der Operation gingen die Beschwerden nur langsam zurück, es traten sogar wieder Schwellungen auf, die nach intensiver Therapie jetzt verschwunden sind. In diesem Zusammenhang muss ich die Bedeutung einer guten anschliessenden Therapie (Gymnastik, Muskeltraining etc.) betonen, da sich in meinem

Fall auch eine falsche Belastung des Beins/Knies beim Gehen herausgestellt hat.

Dies sind natürlich individuelle Erfahrungen. Ich wünsche guten Erfolg beim Abwägen der verschiedenen Risiken. Falls keine grossen Schmerzen oder Gehbehinderungen bestehen, rate ich abzuwarten.»

### Steifes Fingergelenk

Nach einem Bruch ist der rechte Ringfinger von Frau H. S. weiterhin geschwollen und steif, da eine mögliche Verletzung der Gelenkkapsel und der Sehne übersehen wurde. Sie möchte etwas tun, um die Beweglichkeit des Fingers wiederherzustellen.

«Ich bin auch im Reitsport aktiv und habe mir schon öfter mal Finger gebrochen», schreibt Frau U. Z. aus Zürich. «Auch mir haben die Ärzte gesagt, das wird nie wieder gut. Ich kann Ihnen nur raten, sehr viel Geduld zu haben und Eigeninitiative zu entwickeln.

Am besten denken Sie gar nicht mehr an den Finger und arbeiten ganz normal. Zusätzlich: Wassergymnastik, Fingerübungen, Ball oder Fangomasse kneten, auch bis an die Schmerzgrenze und darüber. Bewegung ist sehr wichtig, sonst bleibt das Gelenk wirklich steif. Wenn die Schmerzen stark sind, tagsüber mit einem guten Rheumagel (A.Vogel Rheuma-Gel ist nur in der Schweiz erhältlich) oder Salbe den Finger massieren, nachts einen dicken Salbenverband anlegen.

Die Schmerzen werden wohl noch lange anhalten, möglich ist auch Wetterfühlig-

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**  
**«Kleine Krabbeltiere»**

Roland Huerlimann:  
Die Rotgefleckte Weichwanze geniesst ein Sonnenbad.



keit. Ästhetisch werden vielleicht Mängel bleiben, aber Hauptsache ist, der Finger wird wieder funktionstüchtig. Bei mir hat sich der Erfolg nach etwa einem Jahr gezeigt: Ich kann meine Finger wieder bewegen.»

«Versuchen Sie es homöopathisch!» rät Herr W. J. aus Bülach. «Wenn der Finger noch geschwollen ist, nehmen Sie erst eine Gabe Apis C30. Ist die Schwellung gebessert, nehmen Sie nach vier Tagen eine Gabe Symphytum C30. Letzteres sollte monatlich wiederholt werden.

Die homöopathischen Mittel sind Hochpotenzen und werden nicht in allen Apotheken geführt. Ein Röhrchen von zwei Gramm genügt.

Zudem sind mehrmals täglich Bewegungsübungen (Faust und Strecken) unbedingt durchzuführen.»

«Ich möchte empfehlen, es unbedingt mit Akupunktur zu versuchen, nebst Wärmetherapien und Lehmwickeln», schreibt Frau M. B. per E-Mail.

«Ohne Akupunktur wäre meine Hand nach gebrochenem Handgelenk immer noch gekrümmt und geschwollen – was mein Arzt mehr oder weniger voraussag-

te und meinte, ich müsse mich halt damit abfinden ... Schon nach kurzer Zeit der Akupunkturbehandlung hatte ich die volle Kraft erlangt, und alles normalisierte sich langsam aber sicher wieder.»

**Kiefersperre**  
**(Nachtrag zu GN 12/06)**

Frau C. A. aus St. Gallen fragte die Leserinnen und Leser nach Therapien gegen die so genannte Kiefersperre.

Frau B. B.-F. aus Zürich teilt dazu mit: «Jahrzehntelang (!) habe ich unter Kiefersperre gelitten – bis mir ein TCM-Therapeut nebenbei erklärte, woher das ganze Desaster kam. Die Schultermuskulatur war hart und verkrampft und strahlte in die Nackenmuskulatur aus. Seither sind acht Jahre vergangen, und wenn ich merke, dass der Kiefer wieder zu klem-

**Briefe an die Redaktion:**

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

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

men beginnt, massiere ich die beiden Triggerpunkte am Trapezmuskel, etwa drei Fingerbreit neben der Wirbelsäule. Ein Versuch lohnt sich!»

## Neue Anfragen

### Starker Speichelfluss

Ein guter Bekannter von Frau E. E. aus Moosburg leidet unter starkem Speichelfluss und wäre für jede Hilfe sehr dankbar.

### Gürtelrose

«Nach einer inzwischen überwundenen Infektion trat bei mir plötzlich eine Gürtelrose auf» schreibt Herr M. R. aus Esslingen ans Leserforum. «Die Bläschen schmerzen und jucken sehr stark. Auch Empfindungsstörungen treten auf. Was kann ich zur Schmerzlinderung und Heilung tun? Können mir Leserinnen und Leser einen guten Rat geben?»

### Gehirntraining im Alter

«Dass das Gehirn nicht mehr ganz so beweglich ist wie früher, ist ja wohl normal», scherzt Frau G. R. aus Herisau. «Trotzdem möchte ich etwas tun, um mich auch mental fit zu halten. Ich lese viel – aber ich möchte auch gerne die Leserinnen und Leser der GN nach Tipps und Lektüre fragen. Bestimmt gibt es viele gute Hinweise für mich!»



## Leserbriefe

### Einladung zum Tanz, GN 1/07

Ihr Artikel übers Tanzen – ich bin eine lebendige Illustration für das, was darin angesprochen wird: Dass Tanzen die beste Therapie überhaupt ist! Ich habe mich nach einer tiefen Depression vor drei Jahren für einen Salsa-Kursus eingeschrieben und gehe seither ein- bis zweimal pro Woche tanzen – und zwar mit wachsender Begeisterung.

Meine Tanzpartner und Freunde im Kursus wären wahrscheinlich sehr überrascht, mein wahres Alter zu kennen (ich könnte die Mutter der meisten sein). Was mir jedoch kein Hindernis ist, es in Ausdauer und Tanzvermögen den jüngeren Tänzerinnen gleichzutun, ja, es sogar bei unseren regelmässigen Tanzabenden bis morgens um drei auszuhalten! Da ich Mutter von drei Kindern bin, muss ich auch morgens früh wieder aufstehen, was jedoch nach einer «durchtanzten Nacht» eine Freude ist.

Also, wenn etwas die Lebenskräfte und die Energiereservoirs auftankt, zudem noch Selbstsicherheit und Freude einbringt, so ist es wahrlich das Tanzen! Und natürlich die damit einhergehende Musik, wie Ihr nächster Artikel es ganz treffend formuliert. Salsa und Mozart sind die besten Anti-Depressoren, die ich kenne.

Christina Schmude-Cornes, Yens

### Hund auf Rezept, GN 2/07

Der Artikel «Hund auf Rezept?» hat mir sehr gut gefallen (wie auch der Madagaskar-Beitrag). Ich kann den Inhalt nur bestätigen, nicht umsonst habe ich Zeit meines Lebens immer Hunde um mich herum gehabt!

M. Gratz, Konstanz

## Das tut Ihnen gut!

Das Paket «A.Vogel-Wohlfühl-Woche» mit sieben A.Vogel-Produkten, detailliertem Tagesplan, Rezepten und Tipps bekommen Sie ab dem 1. März 2007 in Drogerien, Apotheken und Reformhäusern in der Schweiz. Empfohlener Publikumspreis CHF 59.90. In Deutschland lieferbar durch Fa. Stüber, Reutlingen, Tel.: (0049) (0)7121 520 21

Alfred Vogel betrachtete die vollwertige Ernährung als Grundvoraussetzung für Gesundheit und Wohlbefinden. Die «A.Vogel Wohlfühl-Woche» soll dazu beitragen, den ersten Schritt in die richtige Richtung zu tun. Sie ist für jeden geeignet – selbst Berufstätige können diese «Kur» ganz leicht durchführen.

Die A.Vogel Wohlfühl-Woche ist ausgewogen, liefert die nötige Energie für den Tag, ohne dass Mängel entstehen, und entlastet die Verdauungsorgane. In nur fünf Tagen erhöhen Sie Ihre Leistungsfähigkeit und Vitalität.

### Die Bausteine der Wohlfühl-Woche:

#### A.Vogel Naturreis

Dieser Natur-Vollreis liefert Energie und sättigende Ballaststoffe, ist für den Körper nicht belastend, reich an Kalium und anderen wertvollen Mineralstoffen und Vitaminen.

#### A.Vogel Plantaforce®

Das rein pflanzliche Suppenkonzentrat eignet sich hervorragend für die Zuberei-

tung von feiner Gemüsebouillon und zum Garen von Reis oder Teigwaren.

#### A.Vogel Biocarottin Instant

Die wertvolle Nahrungsergänzung. Beta-carotin dient der Vitamin-A-Versorgung, unter anderem unentbehrlich für gesunde Haut und gutes Sehen.

#### A.Vogel Bambu®

Der sofort lösliche Früchte- und Getreidekaffee ohne Koffein schont Nerven, Herz und Magen.

#### A.Vogel VitaForce®

Ein malzextrakthaltiges Nahrungs- und Aufbaumittel mit Vitamin E. Ist leicht resorbierbar und liefert schnell Energie bei geistiger und körperlicher Beanspruchung, Sport und im Alter. Auch für Kinder geeignet.

#### A.Vogel Molkosan® Vitality

Enthält wertvolle L(+)-Milchsäure, welche die Darmflora günstig beeinflusst und eine Wohltat für den Körper ist. Mit Grüntee und Orangenaroma.

#### A.Vogel Müesli

Es ist reich an Ballaststoffen und versorgt Sie mit Mineralstoffen und Vitaminen.



### Begleitung in der Wohlfühl-Woche

Mit Unterstützung läuft es einfach leichter. Deshalb begleitet Sie A.Vogel bei der Wohlfühl-Woche im Internet. Klicken Sie mal rein unter: [www.avogel.ch](http://www.avogel.ch).

Und wenn Sie ganz persönliche Fragen zur «Kur» haben, steht Ihnen das A.Vogel Gesundheitsforum auch telefonisch zur Verfügung:

(0041) (0)71 335 66 00 (kostenfrei)

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag jeweils von 8.00 bis 12.00 und 13.30 bis 17.00 Uhr.