

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 66 (2009)  
**Heft:** 12: Reizdarm natürlich behandeln  
  
**Rubrik:** Beratung

#### **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:** 23.01.2026

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



**Hallo  
Gesundheitstelefon!**  
**+41 (0)71 335 66 00**

#### DAS TEAM



Heilpraktikerin  
**GABRIELA HUG**



Apothekerin  
**INGRID LANGER**

sind an folgenden Tagen  
gerne für Sie da:

**Mo/Di/Do:**  
8 bis 12 und von  
13.30 bis 16 Uhr.  
**Fr:** 13.30 bis 16 Uhr.

Bei Fragen rund um das Thema  
Gesundheit und Naturheilkunde  
berät unser Expertenteam Abon-  
nentinnen und Abonnenten der  
GN gratis.

**Auch im Internet:**  
[www.avogel.ch](http://www.avogel.ch)  
«Beraten lassen/  
Gesundheitstipps»

## Nachgefragt: Restless legs

*Ich leide schon lange am «Restless legs»-Syndrom, also an unruhigen Beinen und habe schon vieles, auch Medikamente, vergebens ausprobiert. Nun empfahl mir eine Apothekerin Aesculaforce forte Venen-Tabletten von A.Vogel. Es geschah ein Wunder: Nach einer Woche Einnahme sind meine Beschwerden völlig verschwunden. Ich bin sehr glücklich über diesen Erfolg – und hätte gerne eine Erklärung dafür.* Sara

#### GABRIELA HUG:

Die Symptome bei chronischen Venenproblemen und «restless legs» sind sehr ähnlich; auch nächtliche Krämpfe treten oft parallel auf. Diese unangenehmen Erscheinungen können hervorgerufen werden durch Gewebewasser, das beim Liegen in die Venen zurück strömt und dort durch Säurereste Krämpfe auslöst.

Aesculaforce ist ein Präparat aus dem Extrakt frischer Rosskastanienästen. Aescin, ein natürlicher Wirkstoff der Rosskastanie, verbessert die Spannkraft der Venenwände, fördert so die Durchblutung und verhindert ein Austreten von Flüssigkeit aus den Venen in das Gewebe. Damit ist der Erfolg der Therapie erklärt.

Wir haben auch noch weitere Tipps für Sie, damit zusammen mit der weiteren Einnahme der Aesculaforce Venen-tabletten der erreichte Fortschritt gewahrt bleibt: Bewegen Sie sich. Aquajogging, Schwimmen, Skilanglauf, Wandern

oder Velofahren sind geeignete Sportarten.

Kneippen Sie. Taulaufen, Wassertreten und Beingüsse tun den Venen gut. Auch das Baden in Meerwasser sowie Laufen im Meer können hilfreich sein.

Vermeiden Sie langes Sitzen und langes Stehen. Wer im Beruf dauernd stehen muss, sollte Stützstrümpfe tragen. Meiden Sie auch übermäßige Wärme an den Beinen (z.B. Fussbodenheizung); nachteilig ist langes Baden oder intensive Sonnenbestrahlung.



Skilanglauf – ein guter Sport für Menschen mit Venenproblemen oder «restless legs».

Bitte beachten Sie: Aus regulatorischen Gründen sind A.Vogel-Pharmaproducte in Deutschland und Österreich nicht in gleicher Weise erhältlich wie in der Schweiz.