

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 68 (2011)  
**Heft:** 2: Demenz : wer kümmert sich um Mama-Papa?  
  
**Rubrik:** Leserforum

#### **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:** 29.01.2026

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

## Schleimbeutel-entzündung

Ein Schleimbeutel über dem Fersenbein entzündet sich beim Sohn von Frau M. R. aus Engelberg immer wieder. Sie suchte den Rat des Leserforums.

«Gegen die Entzündung sind die A.Vogel-Rheumatablatten sehr hilfreich», schreibt Herr K. B. aus St. Gallen. «Bei Weichteilrheumatismus, wozu solche Schleimbeutelentzündungen gezählt werden, hat sich die Teufelskralle bestens bewährt.»

Mit Lehmumsschlägen hat Frau M. L. aus Essen gute Erfahrungen bei Schleimbeutelentzündungen gemacht.

«Lehm hat kühlende Wirkung und zieht Entzündungsprozesse aus dem Körper. Einen dicken Brei mit kaltem Wasser und Lehmpulver (z.B. aus der Apotheke) anrühren und diesen auf einem feuchten Baumwolltuch etwa eine Stunde als Umschlag auf die entzündete Stelle auflegen.»

Die homöopathischen Mittel Helleborus, Silicea, Echinacea angustifolia und Nux vomica empfiehlt Dr. M. D. aus Coburg. Das Gesundheitsforum ergänzt: Lassen Sie sich bei einem Homöopathen in Ihrer Nähe beraten.

«Ich würde vorschlagen, das Schüsslersalz Nr. 4 (Kalium chlo-

ratum) einzunehmen», rät Frau S. B. aus Zürich. «Man muss dazu sagen, dass diese Behandlung etwas Geduld braucht.»

## Zähneknirschen

Starkes Zähneknirschen ist das Problem bei der Tochter von Frau L. G. aus Hildisrieden. Die hinteren Backenzähne sind bereits stark geschädigt.

«Ich habe einen wunderbaren Tipp!», meint Frau C. S. aus Lupingen. «Schüsslersalz Nr. 2 als Crème abends auf den Nacken streichen. Mein Sohn hatte das gleiche Problem. Ich fragte Herrn Marty vom Biochemischen Verein um Rat, und er gab mir diesen Tipp, der innerhalb weniger Tage half.»

«Eine Aufbisschiene könnte helfen», schreibt Frau B. M. aus Esslingen, «ebenso wie Entspannungsübungen für die Kaumuskeln. Eine Aufbisschiene, die der Zahnarzt verordnen kann, schützt die Zähne vor Verschleiss.

Übungen für die Kaumuskulatur finden Sie z.B. auf den Internetseiten des Schweizer Zahnarztes Dr. Felix Stutz unter <Physiotherapie der Kaumuskulatur>.

## Arthritis

Alternativen zu den starken Medikamenten bei Arthritis suchte Frau R. F. aus Altstätten.

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.



### Hallo Gesundheitstelefon!

**071 335 66 00**

aus Deutschland und Österreich:

**0041 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.



**Leserforum-Galerie «Haustiere»:** Gemütlich kuscheln mit grossem Hund und drei kleinen Katzen! Dieses herzige Foto schickte uns Ottilia Mathis aus Kanada.



**Leserforum-Galerie «Haustiere»:** Gemütlich kuscheln unter Schweinchen! «Wir fühlen uns ‹Sau-wohl›», nennt Judith Herbeck ihr Bild aus dem Stall.

«Kohl- und Quarkwickel wirken bei akuten Entzündungen schmerzlindernd, entzündungshemmend und abschwellend», weiss Frau M. K. aus Basel.

«Die Rispen einiger Kohlblätter entfernen, die Blätter mit der Küchenrolle oder einer Flasche platt walzen und auf die betroffene Körperpartie legen, mit einem Wolltuch umwickeln. Der Wickel sollte mindestens eine bis zwei Stunden aufliegen. Bei starken Schwellungen helfen auch Umschläge mit einer Meersalzlösung, die man etwa fünf Minuten auflegt und mehrfach erneuert.»

«Teufelskralle-Tabletten wie z.B. die A.Vogel Rheuma-Tabletten», empfiehlt Herr J. L. aus Arbon. «Sie helfen bei rheumatischen Beschwerden und auch gegen die Schmerzen.»

«Sie könnten es auch mit dem homöopathischen Präparat Coxa-cyl versuchen», riet Herr H.-K. W. aus Basel in einer früheren Ausgabe des Leserforums einer Leserin. «Unterstützend wirkt auch Glucosamin.»

## Schnarchen

### Nachtrag zu GN 1/2011:

«Aus eigener Erfahrung kann ich Herrn H. B. aus Zürich sehr empfehlen, sich an eine der Kliniken für Schlafmedizin in Bad Zurzach oder Luzern zu wenden und einen Termin in der Schlafsprechstunde abzumachen», schreibt Frau U. G. aus Ellikon.

«Dort wird man seine (berechtigten) Sorgen ernst nehmen, denn

Schnarchen kann ein Zeichen von Atemstillständen im Schlaf sein, welche weitreichende Konsequenzen im Alltag nach sich ziehen können. Eine allfällige Behandlung fällt in den Zuständigkeitsbereich der Krankenkassen-Grundversicherung.

Man kann sich entweder selber bei der Klinik für Schlafmedizin anmelden oder von seinem Hausarzt überweisen lassen.»

## Neue Anfragen

### Blähungen

«Ich leide seit über 10 Jahren an enormen Blähungen», klagt Frau T. H. aus T., «vor allem morgens ab etwa sechs Uhr und abends, sobald ich mich hinlege. Es sind unbeschreiblich viele Windabgänge, zwar geruchlos, dafür laut, also für mich und das Umfeld äusserst unangenehm.

Ich habe schon sehr viel ausprobiert (Akupunktur, Kinesiologie, Ernährungsberatung, Unverträglichkeitsanalysen etc.). Vor drei Jahren diagnostizierte man eine Colitis ulcerosa. Ich hatte zwar keine Durchfälle, bin jedoch seit

meiner Kindheit verstopft. Dieses Problem habe ich nun aber einigermassen im Griff. Gemäss Kinesiologie existiert bei mir keine Weizen- oder Milchzuckerunverträglichkeit. Die Schulmedizin ist mit ihrem Latein am Ende und kann mir nicht weiterhelfen.»

### Ischiasschmerzen

Chronische Ischiasschmerzen auf der linken Seite plagen Frau G. S. aus Lingen.

«Ein Orthopäde sagt, Ursache sei der Piriformis-Muskel, der verkürzt und verhärtet sei und nun auf den Ischiasnerv drücke. Sitzen und auf der linken Seite zu liegen bereiten mir Tag und Nacht Schmerzen. Hat denn jemand aus dem Leserkreis Erfahrung mit diesem Leiden?»



### Erfahrungsberichte

#### Können Sie helfen?

#### Wissen Sie einen guten Rat?

Schreiben Sie an:

Gesundheits-Nachrichten

Leserforum

Postfach 43, CH-9053 Teufen

E-Mail:

[info@gesundheitsforum.ch](mailto:info@gesundheitsforum.ch)

### Leserbriefe

*Kürzlich durften wir Alfred Vogel ein Exemplar des Buches «A. Vogel für Geniesser» zustellen, mit persönlicher Widmung. Das glauben Sie nicht? Aber es ist wahr: Alfred Vogel lebt in Berlin und schrieb*

*uns aus diesem Anlass folgende hübsche Geschichte.*

Vielen und herzlichen Dank für diese aussergewöhnliche Überraschung. Es ist mir klar, dass der Anstifter mein Schwiegersohn war, obwohl der das am Telefon aufs Heftigste bestritten hat!

Ich möchte Ihnen dazu eine Episode erzählen, die mein Schwiegersohn und ich bei einem Besuch in St. Gallen erlebten. Wir kamen an einer Apotheke vorbei, die auf einem Warenständen auf der Strasse auch Santasapina anbot. Da ich die Wirksamkeit dieser Bonbons kenne, nahm ich eine Packung und wollte im Laden bezahlen.

Dort bediente mich eine sehr junge Apothekerin, vielleicht auch noch Auszubildende. Ich sagte ihr, dass ich den gleichen Namen trüge wie der Hersteller der Bonbons. Daraufhin sah sie mich sehr ungläubig an, was mich bewog, ihr meinen Ausweis zu zeigen.

Daraufhin ergriff sie meine Hand und schüttelte sie kräftig! Nun wurde mir klar: Sie hielt mich für den leibhaften Hersteller Alfred Vogel ... Es war sehr lustig, aber gleichzeitig bedauerte ich, die junge Frau in diese Situation gebracht zu haben. Ich erklärte ihr, dass mein Schweizer Namensvetter doch schon vor einigen Jahren verstorben sei, und für uns beide löste sich die Peinlichkeit in einem befreienden Lachen auf.

Meinem Schwiegersohn erzählte ich noch von der guten Wirkung der Santasapina-Bonbons. Das hat er offensichtlich zum Anlass genommen, sich mit Ihnen in Verbindung zu setzen.

Alfred Vogel, Berlin