

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

**Herausgeber:** A. Vogel

**Band:** 68 (2011)

**Heft:** 7-8: Kreative Kinder

**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>**

# Das Leserforum

## Zahnfleisch-entzündungen

Entzündetes, geschwollenes Zahnfleisch plagt Herrn F. M. aus Chur immer wieder. Er bat um Rat aus dem Leserkreis.

Myrrhen-Tinktur empfiehlt Dr. med. h. c. H.-K. Weltner aus Grenzach-Wyhlen.

«Bei dieser Indikation hat sie sich sehr bewährt. Man kann ein paar Tropfen auf ein Wattestäbchenträufeln und das Zahnfleisch damit abtupfen (mehrere pro Tag) oder mit 30 Tropfen, mit einem Schluck Wasser verdünnt, den Mund spülen. Myrrhen-Tinktur wirkt entzündungshemmend, gegen Pilze, Bakterien und Viren und ist in jeder Apotheke erhältlich.»

Echinaforce und Dentaforce sind die Mittel der Wahl für Herrn W. J. aus Teufen.

«Bei Zahnfleischentzündungen, Reizungen der Mundschleimhaut oder Zahnfleischbluten reibe ich die betroffenen Stellen mit unverdünntem Echinaforce ein oder spüle den Mund mit einer Mischung aus 20 Tropfen Echinaforce und ein wenig Wasser. Das hilft in der Regel schnell und wirksam. Das Mundwasser Dentaforce von A. Vogel desinfiziert und beugt Zahnfleischentzündungen vor.»

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.

«Haben Sie es schon einmal mit Salbeitee-Spülungen versucht?», fragt Frau R. I. aus Neunkirch nach. «Auch ich hatte viele Jahre immer wieder empfindliches und entzündetes Zahnfleisch, habe es ohne Erfolg mit Spezialzahnpasta, -bürsten etc. versucht.

Im Reformhaus holt man offenen Salbeitee, keine Teebeutel; noch besser ist natürlich Salbei aus dem Garten.

Einige Blätter mit heißem Wasser übergießen, absieben und immer nach dem Zähneputzen den Mund mit diesem Tee spülen, besonders abends, damit es über Nacht wirken kann. Ich mache das nun seit Jahren und es geht mir gut. Ihnen wünsche ich gute Besserung!»

Unsere Leserin Cornelia antwortet per E-Mail: «Hier kann ich die homöopathischen Tropfen «Traumeel» von der Firma Heel bestens empfehlen. Meine Amavita-Apotheke bestellt sie mir jeweils ohne ärztliches Rezept in Deutschland. Traumeel hilft mir insbesondere auch vor Zahnarztbesuchen (das Zahnfleisch ist dann nicht mehr so schmerzempfindlich), auch gegen andere entzündliche Vorgänge in meinem Körper und ist ein wichtiges Mittel in meiner Hausapotheke. Gute Besserung!»

«Seit ich regelmäßig, zweimal bis dreimal pro Tag, Spülungen mit



**Hallo  
Gesundheitstelefon!  
071 335 66 00**  
aus Deutschland und Österreich:  
**0041 71 335 66 00**

Das Team:



Heilpraktikerin Gabriela Hug

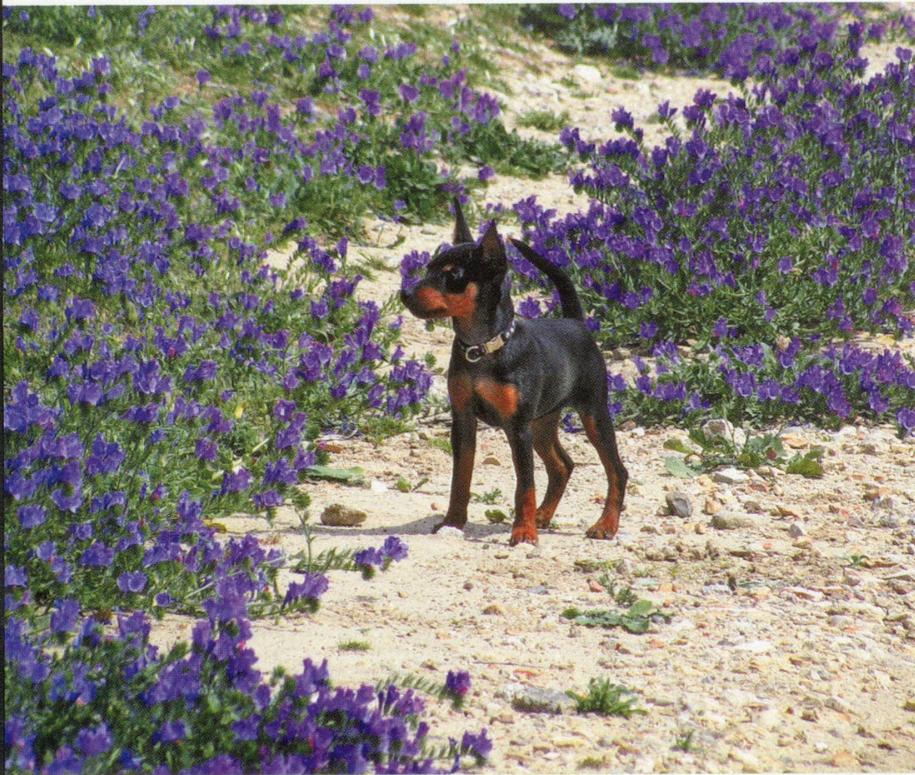


Apothekerin Ingrid Langer

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 Abonnentinnen und Abonnenten der GN gratis.



**Leserforum-Galerie «Haustiere»:** Hundeferien 1: Sonja Unger's «Wichita» spielt in Spanien das Blumenkind.



**Leserforum-Galerie «Haustiere»:** Hundeferien 2: Ob sie wohl braun werden will? «Boogie» geniesst ein Sonnenbad, Herrchen Felix Hochedlinger fotografierte.

Kamillen-Konzentrat (z.B. von Abtei, d. Red.) durchföhre, wird mein Zahnfleisch ruhiger und weniger entzündungsanfällig», berichtet Herr W. E. aus Heerbrugg. «Sobald ich spüre, dass die Entzündung schlimmer wird, behandle ich das Zahnfleisch mit «Tebodont Gel»».

## Ausfluss

Unter Ausfluss leidet Frau C. A. aus Zürich. Das Problem besteht schon seit längerer Zeit und ist sehr unangenehm.

Leserin Cornelia weiss auch hier einen Rat: «Nach vielen Jahren mit diesem Problem hilft mir nun das «Multi-Gyn Actigel» (erhältlich in Apotheken ohne ärztliches Rezept). Dieses basiert auf einem speziellen, patentierten Aloe-Extrakt. Ich wende es seit Jahren einmal täglich oder alle zwei Tage an und bin das Leiden damit los.»

Frau G. R. aus Wil gibt zu bedenken, dass die Ursachen von Ausfluss sehr vielfältig sein können. «Bakterien, Pilze, Parasiten, aber auch schwere Erkrankungen können Ausfluss verursachen. Das sollte unbedingt ärztlich abgeklärt werden. Bis die Diagnose gestellt

### 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)

ist, können z.B. Sitzbäder und der Verzicht auf Tampons und Slipeinlagen Linderung bringen.»

## Seltene Erkrankung beim Kind

An einer Erbkrankheit, die schmerzhafte Knochenwucherungen (multiple kartilaginäre Exostosen) zur Folge hat, leidet die zehnjährige Enkelin eines Lesers. Seine Lebensgefährtin Frau I. W. aus Münstertal hofft, dass andere Leser Erfahrungen mit dieser seltenen Krankheit berichten können.

Leider haben wir zu diesem Problem bis Redaktionsschluss keine Erfahrungsberichte erhalten. Das Gesundheitsforum rät, sich mit der «Bundesselbsthilfegruppe Multiple kartilaginäre Exostosen» in Verbindung zu setzen ([www.exostosen.de](http://www.exostosen.de)). Dort finden sich eine Fülle von Informationen und die Möglichkeit, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen.

## Neue Anfragen

### Weissflecken-krankheit

«Unsere Tochter (44-jährig) leidet seit einigen Jahren an der Weissfleckenkrankheit Vitiligo», schreibt uns Herr W. L. «Die Flecken breiten sich aus, neben den Händen ist jetzt neuerdings auch das Gesicht betroffen. Der Hausarzt erklärte

ihr, dass man nichts machen könne, und ist der Meinung, ein Besuch beim Hautarzt sei zwecklos. Mit der Sonne ist unsere Tochter sehr vorsichtig und verwendet nur Sonnencreme mit hohem Schutzfaktor.

Hat vielleicht eine Leserin, ein Leser Erfahrung mit dieser Krankheit und könnte einen Rat geben, wie mit natürlichen Massnahmen und Mitteln eine Besserung erzielt werden kann? Herzlichen Dank für jeden Rat.»

## Schlafapnoe

Frau G. W. aus Sulz am Neckar fragt an: «Ich leide unter Schlafapnoe. Jede Stunde setzt meine Atmung kurz aus. Der Arzt empfahl, jede Nacht eine Maske aufzusetzen, an die ein Atemtherapiegerät angegeschlossen ist. Dies beängstigt mich, und ich suche andere Möglichkeiten. Hat von den Lesern jemand Erfahrung?»

## Speiseröhren-Verschluss

Frau M. O. aus Luzern ist von der seltenen Erkrankung Achalasie betroffen.

Bei einer Achalasie ist der untere Schliessmuskel der Speiseröhre, auch Magenmund genannt, unfähig, sich für den Durchtritt eines Bissens in den Magen ausreichend zu öffnen. Auch die Beweglichkeit der gesamten Speiseröhre kann gestört sein. Frau O. sucht Betroffene, die sich mit ihr austauschen könnten.

## Leserbriefe

### «Fakten und Tipps»: Einzigartige Anlaufstelle für Patienten mit Schwindel, GN 5/2011

Für die Leserinnen und Leser, für die München schwierig zu erreichen ist, habe ich einen Hinweis: Es gibt auch in Bern eine Einrichtung, die sich mit dem Problem Schwindel befasst. Ich war selbst dort und wurde intensiv und fachmännisch untersucht und beraten (es waren mehrere Termine für alle Tests notwendig). Ich kann das Zentrum, zu dem mich mein Hausarzt überwies, daher nur empfehlen! Die Adresse lautet:

Ärztliches Zentrum für Gehör- und Gleichgewichtsstörungen  
Mühlemattstr. 53  
CH-3007 Bern.

Susan Schwab, Bad Krozingen

*Wir sind Frau Schwab für diesen Hinweis sehr dankbar. Eine eigene Internet-Suche nach einer vergleichbaren Schwindelambulanz in der Schweiz war ergebnislos geblieben.*

*Das GGZ Bern ist laut Selbstauskunft ein Zusammenschluss von erfahrenen Fachärzten aus Klinik und Praxis, die das Ziel haben, komplexere Gehör- und Gleichgewichtsabklärungen durchzuführen.*

Die Redaktion

