

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 68 (2011)
Heft: 10: Männer : ihre Gesundheit

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>



**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.

Das Leserforum

Weissflecken- krankheit

Die Tochter von Herrn W. L. leidet seit einigen Jahren an der Weissfleckenkrankheit Vitiligo. Nun breiten sich die Flecken auch ins Gesicht aus. Der Hausarzt hält eine Behandlung für nicht möglich und einen Besuch beim Hautarzt für überflüssig.

«Vitiligo ist zwar nicht heilbar, aber Ihre Tochter sollte unbedingt einen Hautarzt oder besser noch eine Uni-Hautklinik aufsuchen», rät Frau R. C. aus Esslingen (DE).

«Ein verantwortungsvoller Hautarzt wird die Erkrankung und eventuelle Therapiemöglichkeiten sehr sorgfältig abklären. Es werden beispielsweise gute Erfolge mit einer Lichttherapie mit UV-Licht erzielt. Viele der möglichen Therapien dauern lange, der Patient braucht viel Geduld und Ausdauer, aber ein Behandlungsversuch ist immer sinnvoll. Ausserdem können begleitende Massnahmen (Ernährungstherapie, Psychotherapie) die Erkrankung mildern.»

Telefonisch erreicht uns der Hinweis von Frau K. K. aus Gerlingen, dass die Ursache für Vitiligo eine Erkrankung der Schilddrüse sein könne.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Auch Hormonstörungen können mitspielen: Beide Möglichkeiten wären ärztlich abzuklären.

Frau R. G. empfiehlt per E-Mail einen Aufenthalt am Toten Meer. «Durch die besondere Sonneneinwirkung bilden sich die Pigmente zurück. Je nach Grösse der Flecken ist ein Aufenthalt von vier Wochen notwendig, eventuell auch eine zweite Kur im nächsten Jahr.»

«Biocarottin, ein Karottensaft-Konzentrat mit Beta-Carotin von A.Vogel, kann bei Hautproblemen hilfreich sein», weiss Frau G. H. aus Hambach. «Zwei Teelöffel pro Tag bringen manchmal erstaunliche Erfolge.»

Zu einem Versuch mit Akupunktur rät Herr C. R. aus Thalwil.

«Ich hörte von Erfolgen einer TCM-Praxis in Horgen bei Vitiligo. Auch Hunde können diese Krankheit bekommen, und bei meinem Tier haben sich bereits nach einmaliger Behandlung Erfolge gezeigt.»

Frau T. L. aus Oberweningen ist auf ein Nahrungsergänzungsmittel gestossen, von dem sie meint, dass es eventuell helfen könnte. «Eine Frau aus England berichtete im Fernsehen von guten Ergebnissen bei der Weissfleckenkrankheit.

In der Rubrik «Leserforum» veröffentlichen wir persönliche Erfahrungsberichte. Nicht immer sind sie in gleicher Weise auf andere Personen anzuwenden. Bean-spruchen Sie daher in Zweifelsfällen stets fachlichen Rat.

Das Mittel heisst Bio-Astin bzw. Vital-Astin und ist in der Schweiz über die Ginivita AG in Zünzgen zu beziehen.»

Schlafapnoe

Durch eine so genannte Schlafapnoe setzt bei Frau G. W. aus Sulz am Neckar nachts stündlich kurz die Atmung aus. Die Maske des Atemtherapiegerätes beängstigt sie jedoch, und sie fragte die Le-

serinnen und Leser nach eigenen Erfahrungen und anderen Möglichkeiten, die Schlaf-Apnoe zu behandeln.

«Vor sieben Jahren erhielt auch ich eine Schlafapnoe-Diagnose», berichtet Herr H.-R. K. per E-Mail. «Nachdem ich die Maske ebenfalls ablehnte und schlecht vertrug, empfahl mir der untersuchende Arzt in der Klinik, es mit einer Orthese (Zahnschiene) zu versuchen. Die jährlichen Aufzeichnungen mit

einem medizinischen Computer ergaben immer optimale Resultate. Seit einer Woche habe ich eine neue TAP-Zahnschiene (Scheu-Dental, Iserlohn), Anfertigung durch meinen Zahnarzt.

Frau G. W. kann ich diese Lösung nach meinen Erfahrungen bestens empfehlen – selbstverständlich nach Rücksprache mit ihrem Arzt. Alle erforderlichen Informationen findet man auf www.tap-schiene.de. Viel Erfolg!»

(Zahnschienen werden bei schwe-



Leserforum-Galerie «Haustiere»: Warmes Plätzchen 1. «Warten kann ja so schön sein!», meint Fotograf Peter Becker zur Wahl seiner Katze.

ren Schnarchern empfohlen. Sie schieben Unterkiefer und Zunge leicht nach vorn, was den Kollaps der Atemwege durch die zurückfallende Zunge verhindert, d. Red.)

Eine Sendung des Schweizer Fernsehens mit Arthur Wyss, dem Erfinder einer Gaumenspange gegen das Schnarchen, beeindruckte Herrn K. M. aus Zürich.

«Anscheinend helfen diese Spangen bei diesem Problem. Meine besten Wünsche an Frau G. W.!» (Die Gaumenspangen werden unter dem Markennamen Velumount vertrieben, d. Red.)

Frau L. M. aus Bern macht auf die

«Asate-Therapie» aufmerksam. Dabei wird ein speziell entwickeltes Musikinstrument eingesetzt, das in Zusammenspiel mit einer besonderen Spiel- und Konzentrationstechnik Muskulatur und Bindegewebe des Hals-Rachen-Raumes festigt. Laut einer Studie der Universität Zürich stellen sich mit dieser Methode deutliche Verbesserungen innerhalb weniger Wochen ein.

Am besten geeignet ist diese Therapieform für Patienten mit leichter bis mittelschwerer Apnoe (15 bis 30 Atemaussetzer pro Stunde). Sie ist laut Universität Zürich leicht anzuwenden und wird als entspannend empfunden, wogegen

die Atemmaske für viele Patienten belastend sei. Allerdings ist Disziplin erforderlich, vor allem in den ersten zwei Monaten.

Einige Krankenkassen zahlen nach Gesuch und ärztlicher Verordnung 75 Prozent der (nicht allzu hohen) Kosten.

Mut zur Maske möchte Frau V. S. aus Buchs machen.

«Sie verhilft mir als einzige Möglichkeit dazu, beschwerdefrei zu leben. Ich bin froh und glücklich, sie jede Nacht zu tragen und gewöhnte mich rasch daran. Reisen, auch ins Ausland, sind mit der Maske völlig problemlos.»



Leserforum-Galerie «Haustiere»: Warmes Plätzchen 2. Annekäthi Zingres «Häsi» hat es sich im Tontopf bequem gemacht.

Speiseröhren-Verschluss

Frau M. O. aus Luzern suchte Betroffene, die ebenfalls an Achalasie leiden. Bei dieser Erkrankung ist die Öffnung des oberen Magentrumpfers am Ende der Speiseröhre ungenügend. Es treten Schluckstörungen auf, zusätzlich kann es zu Krämpfen im Brustkorb kommen. Frau O. möchte sich mit anderen über diese Krankheit austauschen.

Trotz eines gebrochenen Armes meldet sich Frau H. I. aus Walliswil bei uns, um ihrer Leidensgenossin beizustehen.

«Auch ich hatte einen Speiseröhrenverschluss und habe ein halbes Jahr daran herumgedoktert, wobei ich 40 Kilogramm abgenommen habe. Mit der Zeit musste mir intravenös Flüssigkeit zugeführt werden.

Ich habe vieles ausprobiert, aber auch ein Aufenthalt in der Bircher-Benner-Klinik brachte nicht den gewünschten Erfolg. Deshalb habe ich mich zu einer OP entschlossen und bin seither beschwerdefrei. Aufgrund meiner Erfahrungen ist eine Operation die einzige Möglichkeit.»

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

Frau A. A. aus der Region Bern war ebenfalls von Achalasie betroffen und tritt gerne mit Frau O. in Verbindung.

Neue Anfragen

Gerötete Bindehaut

«Meine Bindehaut ist meistens rot, was bei einer blauen Iris nach verweinten Augen aussieht», schildert Frau S. Z. aus Rüschlikon.

«Augentropfen hatten bislang keinen Erfolg. Die Rötung – in beiden Augen – entstand nach einer Operation des Grauen Stars. Ich glaube aber eigentlich nicht, dass ein Zusammenhang damit besteht. Für gute Ratschläge wäre ich dankbar.»

Schmerzen nach Gesichtsröse

Die Mutter von Frau K. E. aus Bern leidet seit Jahren an Schmerzen nach einer Gesichtsröse.

«Die starken Schmerzen treten vor allem auf einer Gesichtshälfte auf und verstärken sich in der Nacht. Das Gesicht ist heiss und brennt. Der Arzt hat das Schmerzmittel Co-Dafalgan (Brause und Tabletten) verordnet und sieht keine andere Möglichkeit, die Schmerzen zu lindern.

Aus Angst vor den Nebenwirkungen (vor allem Verstopfung), nimmt Mutter das Medikament

jedoch nicht regelmässig und in einer nicht ausreichenden Dosierung ein – in kleinen Dosen hilft es aber nicht. So sind die Schmerzen eigentlich dauernd vorhanden, was natürlich die Lebensqualität erheblich einschränkt. Kennt vielleicht jemand aus dem Leserkreis eine Möglichkeit mit Salbe, Tropfen oder ähnlichem, die Abhilfe schaffen könnte? Mutter ist ausserdem auf einen Blutverdünner (Marcumar) angewiesen.»

Trockene Makuladegeneration

Für ihre beste Freundin fragt Frau W. V. aus Rerik um Rat.

«Sie ist 69 Jahre alt und leidet unter trockener Makuladegeneration. Vor kurzem teilte ihr die Augenärztin mit, dass sie zu 100 Prozent fahruntüchtig sei, also nicht mehr mit dem Auto fahren darf.

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