Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 71 (2014)
Heft: 12: Wenn der Darm nicht mitspielt

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: 03.10.2025

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
info@avogel.ch

Das Team

Heilpraktikerin Gabriela Hug

Drogistin HF Marlis Cremer

ist an folgenden Tagen gerne für Sie da:
Mo/Di/Do: 8.00 bis 12.00 Uhr und von 13.30 bis 16.00 Uhr

Bei Fragen rund um das Thema Gesundheit und Naturheilkunde berät unser Expertenteam Abonnentinnen und Abonnenten der GN **gratis.**

Das Leserforum

Scheidenbrennen

Die 84-jährige Frau K. aus Basel leidet stark unter einem unangenehmen Brennen in der Scheide. Bisherige Therapieversuche blieben ohne Erfolg.

Johannisöl könnte eine Lösung sein, meint Frau T. B. aus Luzern. «Ich stelle selbst ein sehr wirksames Johannisöl her, das nicht ranzig wird und auch auf allen Schleimhäuten angewendet werden kann. Ich gebe ein kleines Probefläschchen kostenlos ab.»

Das Gesundheitsforum ergänzt dazu: Johannisöl hat sich bei Schmerzen und Brennen in der Scheide durchaus bewährt und wird auch von Frauenärztinnen empfohlen. Eine andere Möglichkeit wäre ein Versuch mit dem Mittel «Delima feminin» von Pekana (Apotheke), das Granatapfelöl enthält.

«Sehr gute Rückmeldungen habe ich bezüglich des pflanzlichen Arzneimittels ‹Angocin› bekommen», berichtet unsere Leserin Frau C. V. «Alle, die es bisher genommen haben, hatten nach kurzer Zeit keine Unterleibsbeschwerden mehr. Die Filmtabletten enthalten Kapuzinerkresse- und Meerrettichwurzelpulver. In der Apotheke muss das Mittel via Deutschland bestellt werden, da es in der Schweiz leider nicht erhältlich ist. Oder Sie kaufen es selbst im nahe gelegenen Deutschland in einer Apotheke.»

Anm. d. Red.: Bei dem apothekenpflichtigen Arzneimittel «Angocin® Anti-Infekt N» handelt es sich um ein pflanzliches Antibiotikum. Vom Hersteller wird es zur Anwendung bei Harnwegsinfektionen empfohlen.

«Natürlich ist unser Hausrezept nicht auf eine so lange Leidenszeit erprobt», schränkt Frau R. S. aus Seon ein, «aber ich will dennoch auflisten, was ich jeweils empfehle: a) viel, sehr viel trinken, b) rittlings auf dem WC sitzen, Oberkörper leicht nach hinten gelehnt, und ½ bis 1 Liter Kamillenwasser, so warm wie möglich, langsam über die Scheide rinnen lassen. Dies mindestens zweimal täglich.»

Anm. des Gesundheitsforums: Frau S.' Hinweis auf die Trinkmenge ist ausgesprochen wichtig. Gerade bei älteren Menschen kann eine zu geringe Flüssig-

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.

keitsaufnahme unerwartet starke Beschwerden hervorrufen, besonders auch durch zu trockene Schleimhäute.

«Führen Sie guten Bio-Naturjoghurt mittels eines Tampons oder sauberen Tuches so weit wie möglich in die Scheide ein», schlägt Frau I. R. aus Grüna vor. «Ein Versuch damit kann nicht schaden.»

Einen anderen Aspekt bringt Frau S. M. aus Corcelles ins Spiel:
«Eine meiner Freundinnen hatte ähnliche Symptome, bis die Ärzte herausfanden, dass es ein Alcock-Syndrom ist. Dabei handelt es sich um eine Kompression des Schamnervs (Nervus pudendus). Mit interner und externer Osteopathie konnte sie von den Beschwerden befreit werden.»

Anm. d. Red.: Bei einem Alcock-Syndrom ist auch eine OP möglich; nach dieser sind fast drei Viertel aller Patienten schmerzfrei.

Überbein

Ein Überbein unterhalb und an der Aussenseite des grossen Zehs (jedoch kein Hallux valgus) plagt Herrn T. H. aus Kiel. Eine OP des Überbeins brachte keinen dauerhaften Erfolg. Vor allem beim Gehen und Wandern schmerzt und drückt die Stelle sehr.

«Mit Teufelskralle-Tabletten (A.Vogel Atrosan) habe ich einen durchschlagenden Erfolg erzielt», berichtet Herr W. J. aus Teufen.
«Mein Überbein hat mich jahrelang gequält. Nach der Einnahme von Teufelskralle-Tabletten über etwa ein Jahr hinweg ist die verknöcherte Verdickung zwar noch da, aber ich bin völlig schmerzfrei, auch beim Wandern!»

«Treten die Beschwerden vor allem bei Überanstrengung auf,

Leserforum-Galerie «Grüne Paradiese»: Roter Baum im grünen Dschungel. Die ungewöhnliche Aufnahme gelang Heidemarie Bieger in Kambodscha.

können Wickel sehr hilfreich sein», weiss Frau H. G. aus Wolfratshausen. «Ich verwende Lehmwickel oder Umschläge mit Wallwurz/Beinwell, was schnell Linderung bringt. Bei Überanstrengung ist zudem das homöopathische Mittel Ruta graveolens zu empfehlen.»

Bei diesen Beschwerden empfiehlt Frau I. R. aus Grüna die Anwendung von Schüssler-Salzen: «Nehmen Sie das Schüssler-Salz Nr. 1, Calcium fluoratum, in der Potenz D6, täglich drei Tabletten, im monatlichen Wechsel mit der Potenz D12, ebenfalls drei Tabletten. Dazu das Mineralsalz Nr. 2, Calcium phosphoricum, in der Potenz D6: stündlich eine Tablette im Mund zergehen lassen, bis zu einer Tageshöchstdosis von 12 Tabletten.»

Knacken im Kiefer

Beim Öffnen des Mundes und beim Essen knackt das Kiefergelenk von Frau S. D. aus Solothurn seit einiger Zeit hörbar. Seit kurzem treten auch leichte Schmerzen auf. Frau D. hoffte auf Rat.

«Ich hatte auch ein Knacken im Kiefer und wusste nicht, was ich machen soll», berichtet Frau S. W. aus Saarbrücken von ihren Erfahrungen. «Ich bin zudem noch Hörfunkmoderatorin, und man hat das Knacken sogar im Radio gehört! Durch einen Tipp eines Kollegen habe ich einen Zahnarzt gefunden, der sich auf craniomandibuläre Dysfunktion, CMD, spezialisiert hat. Ich stand kurz vor einer Arthrose im Kiefergelenk.
Der Arzt hat mir eine Schiene angefertigt und einige Monate später auch meinen Biss korrigiert. Ich habe seither keine Rückenprobleme mehr und kann auch wieder schmerzfrei joggen. Diese Probleme hatte ich zuvor nicht mit dem Kiefer und schon gar

Leserforum-Galerie «Grüne Paradiese»: Ein moosüberwachsenes Dach in Giswil erkannte und fotografierte Jacqueline Sigg-Speiser als Liliput-Paradies.

nicht mit dem Knacken in Verbindung gebracht. Man muss sich aber sorgfältig nach einem Facharzt erkundigen. Es gibt viele Zahnärzte, die eine Schiene anfertigen, aber nur wenige, die es auf CMD geschult machen.»

«Mein Knacken im Kiefer kurierte ich mit Kauübungen vom Kieferorthopäden», schreibt Frau E. A. aus Thun.
«Das Wichtigste: Bewusst kauen. Das Essen geniessen. Zähne beim Kauen rechtwinklig aufeinanderdrücken. Dadurch bleiben die Kieferbänder straff und halten Unter- und Oberkiefer zusammen. Beim Gähnen mit Lippen und Mundhöhle ein stehendes «O» formen statt eines liegenden.
Und wenn's mal wieder knackt, weiter üben. Es funktioniert!»

Ähnlich gute Erfahrungen hat Frau M. Z. aus Bern gemacht.
«Meine Zahnärztin hat mir ein Merkblatt zum Training der Kaumuskulatur gegeben. Schon nach drei Tagen war ich frei von Schmerzen!»
Das Gesundheitsforum ergänzt: Auch Übungen aus der Spiraldynamik können bei Kieferproblemen hilfreich sein. Diese finden Sie z.B. in dem Buch «Entspannter Kiefer – schmerzfrei und beweglich» von Christian Larsen und Bea Miescher, Trias Verlag.

«Ich würde Frau D. eine osteopathische Behandlung empfehlen», meint Frau C. M. aus Dinhard. «Bei mir hat das schnell und super geholfen, obwohl ich sogar nach dem Knacken eine totale Blockade im Kiefergelenk hatte. Manchmal hat dieses Knacken auch mit Zähneknirschen und/oder Stress zu tun. Gute Besserung!»

Es könne vielleicht auch eine Kieferarthrose vorliegen, vermutet Herr K. W. aus Düsseldorf. «Dann könnte die Einnahme von Glucosamin hilfreich sein.»

Neue Anfragen

Lähmung der Hand

«Meine Tochter (37 Jahre) hat an der linken Hand eine Spastik, die ein Jahr nach einem Schlaganfall auftrat», schreibt Frau C. Z. aus Fischingen. «Sie kann die Hand nicht öffnen, lediglich der Zeigefinger lässt sich nach einem Jahr Physiotherapie und Botoxspritzen etwas strecken. Hat hier jemand Erfahrungen bzw. kann Therapien nennen, die helfen, die Spastik zu heilen?»

Epstein-Barr-Virus

«Ich habe mir wohl durch eine allgemeine Abwehrschwäche während einer Virus-Grippe das Epstein-Barr-Virus eingehandelt», berichtet Frau G. S. aus Bad Dürrheim. «Das wurde durch eine Blutuntersuchung nachgewiesen. Jetzt plagen mich die unterschiedlichsten Beschwerden. Was würden die Leser mir raten?»
Anm. d. Red.: Das Epstein-Barr-Virus ist der Erreger des Pfeifferschen Drüsenfiebers (Mononukleose). Dieses geht mit Symptomen wie Halsschmerzen, Fieber, geschwollenen Lymphknoten, Müdigkeit und Abgeschlagenheit einher.

Mundtrockenheit

Frau M. O. aus E., GN-Leserin seit über 30 Jahren, wendet sich vertrauensvoll an die Leserinnen und Leser. Ihr macht eine starke, vermutlich psychisch beeinflusste Mundtrockenheit zu schaffen.
«Bin ich mit anderen Menschen zusammen, habe ich nicht den Mut, etwas zu erzählen. Sofort ist der Mund absolut trocken. Meine Nerven- und Seelenärztin hat mich mit leichten Aufhellern und beruhigenden Mitteln eingestellt. Aber die Mundtrockenheit ist noch immer ein Hindernis und eine Plage. Man kann nicht sprechen, wenn die Zunge staubtrocken ist. Ich hoffe auf viele Ratschläge.»

Erfahrungsberichte

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