

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 72 (2015)  
**Heft:** 4: Komplementäre Therapie bei Krebs

**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:** 23.02.2026

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

# Das Leserforum

## Herzinfarkt/Alternative Therapien

Unter starken Medikamenten-Nebenwirkungen leidet Herr G.B. aus Els Poblets. Nach einem Herzinfarkt nimmt er unter anderem Betablocker, Statine und ACE-Hemmer ein. Herr B. hofft auf mögliche Alternativen.

Herr E.S. aus W. (Adresse der Redaktion bekannt) teilt mit: «Ich hatte im Jahre 2008 auch einen Herzinfarkt und habe einen ähnlichen Medikamenten-Cocktail erhalten. Einige Mittel habe ich leider gar nicht vertragen. Zusammen mit einem Apotheker habe ich einiges aus der Naturheilkunde gefunden. Diese Medikamente nehme ich nun seit 2008 und habe bis heute keinerlei Probleme und auch keine Nebenwirkungen. Zur Sicherheit kontrolliert mein Hausarzt alle sechs Monate meine Blut- und sonstigen Werte, damit er reagieren kann, wenn irgendwo ein Labor-Wert «auf rot» steht. Folgende Produkte sind im Einsatz: Padma 28, Omega 3, Coenzym Q10 sowie Strophantin (früher «Strodival», heute nur noch in Tropfen-Form erhältlich).» (Anm. d. Red.: «Strodival® mr» wird seit 2012 nicht mehr her-

gestellt. Das Herzglykosid Strophantin sollte nur in Absprache mit einem erfahrenen und naturheilkundlich versierten Arzt angewendet werden.)

Herr S. führt weiter an: «Dazu kam eine Ernährungsumstellung (Minimierung von tierischem Eiweiss, Weissmehl und Zuckerprodukten und Maximierung von unbehandeltem Gemüse, Früchten, natürlichen Säften etc.) sowie die Regulierung des Säure-Basen-Haushaltes (z.B. mit «Bullrich-Vital», «Pro Base»).

Die schrittweise Umstellung und die Überwachung sollten mit einem entsprechend «positiv» eingestellten Hausarzt durchgeführt werden, um Überraschungen oder negative Folgen frühzeitig abzufangen bzw. zu vermeiden.»

«In erster Linie würde ich an die Verordnung des altbewährten Strophantin denken», meint auch Dr. med. H.F. aus Wasserburg am Inn. «Für den Blutdruck die homöopathischen Mittel «Homviotensin» und «Pascovasan» von Pascoe.»

Als eher problematisch sieht auch Prof. Dr. E.B. aus Kreuzlingen die Behandlung mit Statinen/Cholesterinsenkern an. «Man kann auch einen anderen Weg beschreiten und die Gefahr der Arterioskle-



### 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 Abon-  
nentinnen und Abonnenten der  
GN **gratis**.

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.

rose mit biochemischen Produkten reduzieren. Ich habe gute Erfahrungen mit solchen Mitteln, z.B. von Dr. Hittich. Zu erwähnen wären beispielsweise: «OPC Komplex 440» (Traubenkernöl), «Ultra Ubiquinol Q10» oder «Mega-Rot» (Krillöl), in Apotheken erhältlich. Ich habe durch die Verwendung dieser Produkte zwar das LDL nur unwesentlich, aber dafür automatisch den Blutdruck reduzieren und die Herzleistung verbessern können, ohne jede negative Nebenwirkung. Mit Blutdrucksenkern und Beta-Blockern habe ich dagegen sehr schlechte Erfahrungen gemacht.»

Auf weitere wichtige Faktoren verweist Herr H. O. B. aus Glion.

«Ich hatte 1993 eine grosse Bypass-Operation. Die Verengung der Arterien wurde glücklicherweise vor einem Herzinfarkt entdeckt und korrigiert. «Padma 28» nehme ich seit 20 Jahren und kann es empfehlen. Nach Absprache mit dem Arzt kann es zusätzlich zu anderen Medikamenten eingenommen werden. Dass ich seit zwei Jahrzehnten keine Herzprobleme mehr hatte, verdanke ich jedoch hauptsächlich dem Programm von Dr. Dean Ornish sowie meiner Frau, die mir half, dieses Programm durchzuziehen. Es basiert auf vier Punkten: Stressmanagement, Diät mit sehr wenig Fett und mässig Salz und Zucker, Rauchstopp und regelmässiger Bewegung. Nach der

OP habe ich es während drei bis vier Jahren ziemlich strikt verfolgt, später etwas weniger streng – das Stressmanagement war sehr schwierig für mich!

Das Buch von Dr. Ornish, ISBN 978-0-345-37353-7, auf englisch, gibt einen guten Einblick.»

Das Gesundheitsforum ergänzt: Wie bereits angesprochen, sollte eine medikamentöse Umstellung stets in Absprache mit dem Arzt erfolgen. Medikamente zur Blutdruck-/Cholesterinsenkung, blutverdünnende Mittel und ähnliches sollten niemals auf eigene Faust abgesetzt werden – die Risiken sind einfach zu hoch. Die Laborwerte sollten auch weiterhin regelmässig kontrolliert wer-

**Leserforum-Galerie «Am Ufer»:** Kein Aprilscherz! Die witzige einsame Telefonzelle entdeckte Dr. Albert Blarer am Ufer eines schottischen Sees.



den. Holen Sie im Zweifelsfalle eine zweite Meinung ein.

## Geschwollene Nasenmuscheln

Bei Frau M.S. aus Hohenstein sind die Nasenmuscheln, also die Leisten und Schwellgewebe in den Nasenhöhlen, vergrössert. Eine OP brachte nur kurzfristig Erfolg. Nasensprays, notwendig, um frei atmen zu können, lassen die Nasenmuscheln auf Dauer wiederum anschwellen. Frau S. möchte diesen Kreis durchbrechen.

Frau I.G. aus Reutlingen kennt sich damit aus. «Auch ich hatte über

Jahrzehnte das Problem der geschwollenen Nasenmuscheln mit all den dabei auftretenden Unannehmlichkeiten. Ich weiss nicht, wie viel Nasenspray ich verbraucht habe! Genauso kurzfristig war der Erfolg des Verkleinerns durch Abbrennen bei einem operativen Eingriff.

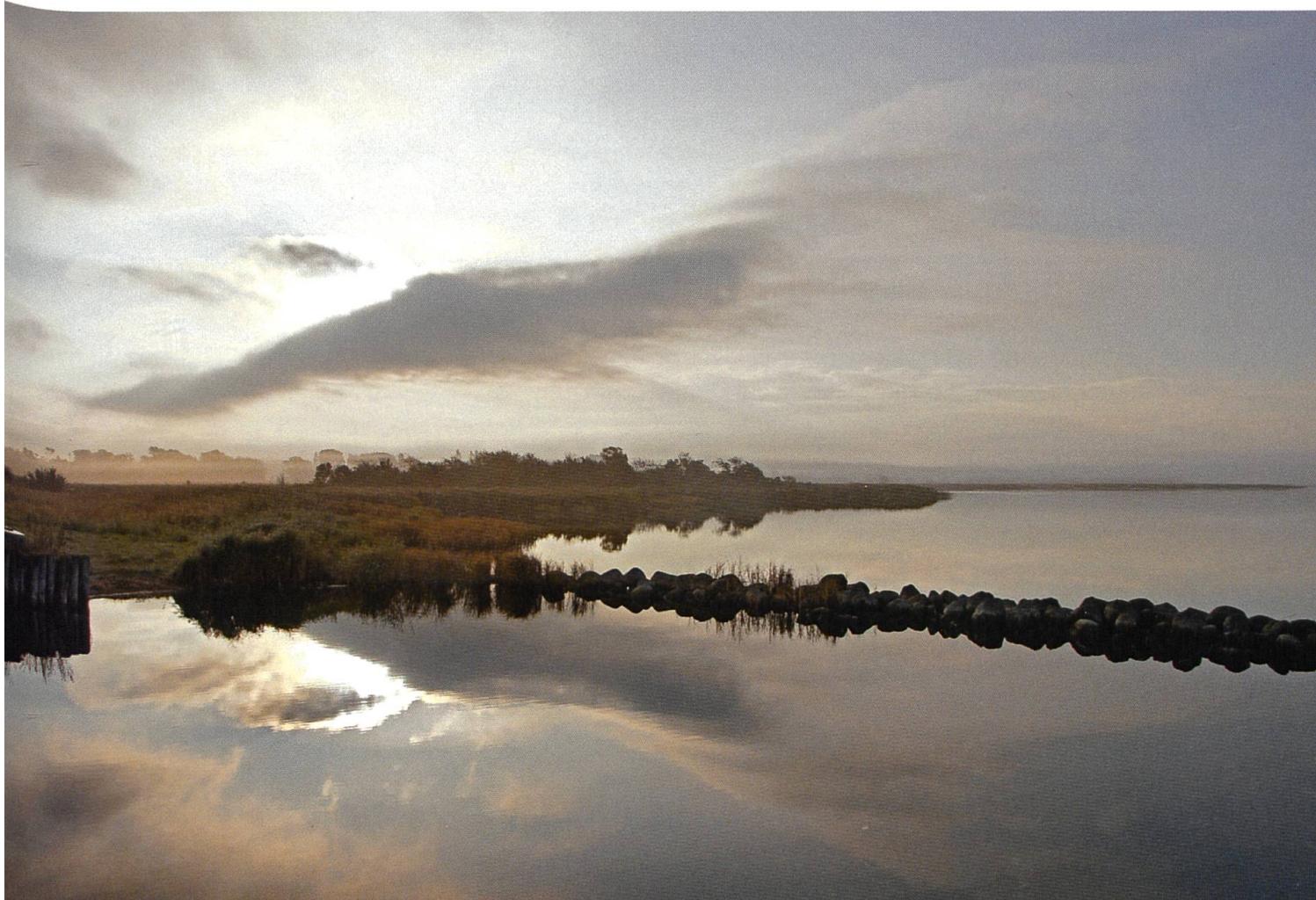
Von einer naturkundlich ausgerichteten HNO-Ärztin bekam ich folgenden Rat – der Erfolg brachte! Einen Viertelliter Wasser mit etwa zwei Gramm Salz ohne Rieselhilfe mischen und mindestens drei Mal am Tag (besser öfter) vom Handteller aus in die Nase hochziehen. Anschliessend mit Bepanthen-Salbe gut fetten. Dies ist sehr wichtig für die vom Spray geschädigten Schleimhäute. Für einige

Zeit verwandte ich noch Nasivin mit Eupatorium comp.-Nasentropfen. Es braucht etwas Geduld, bitte nicht aufgeben!»

Dr.med. H.F. aus Wasserburg rät in diesem Falle zum Pinseln der Nasenschleimhaut mit einem Q-Tip und einem Nasenreflexöl folgender Zusammensetzung: «Oleum Citri 5,75, Oleum Rosmarini 0,15, Oleum Anisi 15, Oleum Menth. Pip. 1,5, Camphora synth. 1,75, Oleum Eucalypti 5,5, Oleum neutrale 34,8, Oleum Salviae 0,15, Oleum Melissae 0,25 auf 50 Gramm, fertig zu beziehen über die Marienapotheke in Wasserburg/Inn.»

Das Gesundheitsforum ergänzt:  
Das Nasenreflexöl könnte wohl

**Leserforum-Galerie «Am Ufer»:** Wie gemalt wirkt Theresia Waser-Zwickys stimmungsvolle Fotografie vom Frühnebel am Wieker Bodden.



auch von einer Schweizer Apotheke nach diesem Rezept angefertigt werden.

## Periphere Neuropathie/Cholesterin

Frau H. B. aus Schwelm sucht Kontakt zu Menschen mit hohen Cholesterinwerten und peripherer Neuropathie (PNP). Sie befürchtet, dass die Behandlung des erhöhten Cholesterins mit Statinen PNP verursachen oder verschlechtern könnte.

Auch bei Frau M. D. aus Oberuzwil traten zu hohe Cholesterinwerte sowie hoher Blutdruck auf.

«Ich habe die Statine überhaupt nicht vertragen und bekam am ganzen Körper starke Muskelbeschwerden. Diese wurden als Polymyopathie diagnostiziert und mit Cortison behandelt. Aber das und alle anderen Massnahmen haben nichts gebracht. Nach Absetzen der Statine gingen die Muskelbeschwerden langsam zurück und verschwanden ganz.

Als Alternative zu den Statinen nehme ich Flohsamen ein. Dies bewirkt eine langsame, aber wirksame Senkung des Cholesterins. Meine Laborwerte sind bereits wesentlich besser.»

Das Gesundheitsforum ergänzt dazu: Lösliche Ballaststoffe aus den Flohsamenschalen werden von der Darmflora zu kurzkettigen Fettsäuren verstoffwechselt. Diese können die Cholesterinsynthese in der Leber senken. Allerdings verzögern sie die Wirkung von gleichzeitig eingenommenen Medikamenten.

Kontakt aufnehmen würde gerne Frau H. B. aus Asperg.  
«Ich leide unter solchen Beschwerden und habe jahrelang Statine eingenommen.»

einer Creme bleichen möchte ich nicht, und die empfohlene Cortisoncreme wollte ich auch nicht nehmen. Zu der möglichen Alternative Paraaminobenzoësäure (PABA) habe ich von meinem Hautarzt leider keine Antwort erhalten. Mein Naturheilarzt hat mir eine «Darmreinigung» mit anschliessendem Aufbau empfohlen, die ich jetzt beendet habe. Mit einer Camouflagemöglichkeit komme ich zurecht, möchte aber nicht, dass sich die Flecken noch verstärkt im Gesicht ausbreiten. Es wäre toll, wenn ich über die «Gesundheits-Nachrichten» einen Hinweis erhalten würde.»

## Neue Anfragen

### Vitiligo

«Ich bin 50 und habe dieses Jahr im Frühling eine Vitiligo am Kinn bekommen», berichtet Frau A. Z. aus S. (Weissfleckenkrankheit, nicht ansteckende Hauterkrankung mit Pigmentstörungen in Form weisser Hautflecken, die sich langsam ausweiten können, aber nicht unbedingt müssen, d. Red.) «Zunächst habe ich mein Gesicht nur mit einem sehr hohen Sonnenschutz eingecremt. Im Sommer habe ich dann einen Hautarzt aufgesucht. Das Gesicht mit

### Darmvorfall

Frau I. T. aus Lutzenberg fragt die Leserinnen und Leser: «Einen kürzlich aufgetretenen Darmvorfall möchte ich aufgrund meines Alters nicht mehr operieren lassen. Wer hat Erfahrungen mit anderen Behandlungsmöglichkeiten?»

### Blähungen

Schon seit ihrer Kindheit leidet Frau H. N. aus Hünibach immer wieder unter starken Blähungen. «Ich habe schon alles Mögliche probiert – ohne dauerhaften Erfolg. Für Tipps von ebenfalls betroffenen Menschen wäre ich sehr dankbar.»

### 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](mailto:info@avogel.ch)