

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 72 (2015)
Heft: 5: Heilpflanze Cannabis

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: 02.05.2026

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

Das Leserforum

Ganzheitlicher Zahnarzt gesucht

Frau S. H. aus Winterthur sucht einen Zahnarzt in ihrer Region, der für ganzheitliches Denken offen ist. Sie hofft, dass ihr Leserinnen und Leser mit Adressen weiterhelfen können.

Frau N. G. aus Marbach kann ihren ganzheitlich arbeitenden Zahnarzt empfehlen: Dr. med. dent. Fritz Grossmann in Zürich. Frau G. besucht diese Praxis bereits seit zehn Jahren.

Eine weitere Adresse kommt von Frau K. O. aus Marthalen: «Mit unserem ganzheitlich denkenden und arbeitenden Zahnarzt, Dr. Gerd Biesecke, Stemmerstr. 11 in Büsingen, haben wir sehr gute Erfahrungen gemacht und können ihn nur weiterempfehlen!»

Frau I. R. aus Nürnberg verweist auf die Suche der Internationalen Gesellschaft für Ganzheitliche Zahnmedizin e.V., www.gzm.org, auf der genannten Webseite rechts oben unter «Therapeuten-Suche». (Diese Webseite liefert eine ganze Reihe von Adressen, auch in Winterthur selbst, d. Red.)

Für eventuelle Interessenten in Deutschland nennt Frau R. folgende Zahnärztin: Dr. medic stom. Otilia-Carmen Yakubovich, Zerennerstrasse 9, 75172 Pforzheim, Tel. +49 7231 80 07 605.

Drehschwindel

Die 82-jährige Frau R. aus Weingarten leidet seit Jahren an Drehschwindel (Morbus Menière). Nach einem dadurch verursachten Sturz erlitt sie schwere Verletzungen. Auch nach Besserung ihres Zustandes sind ein gestörtes Erinnerungsvermögen und Probleme bei der Wortfindung geblieben. Trotz Medikation ist auch der Schwindel nach wie vor vorhanden und löst starke Ängste aus. Familie R. hofft auf Ratschläge aus dem Leserkreis.

«Auch ich leide seit Jahren unter Morbus Menière und hatte Anfälle im Abstand von etwa fünf Stunden», berichtet Frau E. S. aus Meilen. «Tabletten und Tropfen halfen mir nicht, wohl aber die Neuraltherapie. Ich kann diese Therapie nur bestens empfehlen; ich habe inzwischen nur noch wenige und leichte Anfälle. Zu beachten ist, dass beim Du-



**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.

schen und Haarewaschen kein Wasser ins Ohr gelangen darf. Ohropax oder Ohrstöpsel verwenden!»

«Es gibt ein absolut wunderbares Mittel gegen Schwindel, das ich selbst (mit etlichen Hörstürzen!) sowie auch diverse Bekannte mit gutem Erfolg eingenommen haben», schreibt Frau E. v. R. aus Bad Wörishofen. «Vertigo Hevert SL-Tabletten sind ein homöopathisches Arzneimittel ohne Nebenwirkungen. Alles Gute für die Patientin!»

Auf eine mögliche weitere Ursache für den Schwindel weist Frau

M. P. aus Frankfurt/Main hin. «Auch ich litt <plötzlich> unter Drehschwindel und stürzte. Man stellte einen Vitamin-D-Mangel fest, obwohl ich das ganze Jahr über mit dem Fahrrad unterwegs bin – täglich! Ein entsprechendes Präparat hat mir den stärksten Schwindel genommen.

Lassen Sie doch einmal den Vitamin-D-Spiegel messen (per Bluttest beim Arzt, d. Red.). Sie sollten sich das geeignetste Mittel verschreiben lassen, frei verkäufliche enthalten oft zu viel Kalzium oder unnötige Füllstoffe.»

Baker-Zyste

Eine Entzündung im Kniegelenk beeinträchtigt Frau S. N. aus Kümmertshausen. Die resultierende Beinschwäche führt dazu, dass Frau N. nur unter Schwierigkeiten aufstehen und erst nach einiger Zeit erste unsichere Schritte machen kann. Auf Cortisonspritzen, die nur kurzfristig helfen, möchte sie wegen ihrer Osteoporose möglichst verzichten.

«Auch ich hatte in beiden Kniegelenken nacheinander eine Baker-Zyste», berichtet Frau E. G. aus Dresden. «Beide rissen, und der Erguss verursachte sehr grosse

Leserforum-Galerie «Am Ufer»: Den Fischer in perfekter Balance entdeckten Elsbeth und Reto Platzer auf dem Inle-See in Myanmar. Der zweitgrößte See des Landes, 875 m über dem Meeresspiegel gelegen, ist bekannt durch seine Einbeinruderer sowie die schwimmenden Dörfer und Gärten.



Schmerzen im Gelenk. Ich würde die Flüssigkeit aus der Zyste ziehen lassen, was auf jeden Fall Schmerzfreiheit verspricht und von dem Druck befreit. Leider können sich diese Zysten immer wieder füllen, allerdings habe ich jetzt bereits seit zwölf Jahren Ruhe.

Baker-Zysten können auch operativ entfernt werden, aber auch dann können sie sich immer wieder nachbilden.»

Frau N. B. aus Wetzikon hat mit einer anderen Behandlungsmethode gute Erfahrungen gemacht. «Vor Jahren hatte ich einmal eine solche Zyste in der linken Knie-

kehle und weiss, wie gross die Schmerzen waren. Mein Arzt sagte mir damals, sowohl bei einer Operation als auch beim Herausziehen der Flüssigkeit bestünde die Gefahr, dass die Beschwerden zurückkehrten. Daher schlug er eine Laser-Behandlung vor. Ich musste ein paar Mal zur Behandlung, bis die Zyste verschwand, hatte dann aber Ruhe.»

Das Gesundheitsforum merkt dazu an: Die Baker-Zyste ist ein indirektes Zeichen einer Schädigung des Kniegelenkes. Ursachen können beispielsweise Arthrose, Meniskusschäden, Rheuma oder rheumatoide Arthritis sein. Wir

raten Frau N., dies abklären zu lassen.

Neue Anfragen

Ameisenlaufen

Frau M. P. aus Reute schildert telefonisch, dass sie nach einem Schlaganfall unter Beschwerden leidet. Sie verspürt ein «Ameisenlaufen» sowie ein Kältegefühl, besonders im linken Arm und an der Achsel. Der gleiche Arm ist aber auch von Arthrose betroffen. Frau P. hofft auf Tipps

Leserforum-Galerie «Am Ufer»: «Ein Feeling wie im Süden» erlebte Hermann Schmid nördlich des Polarkreises. Das Foto wurde im Juli in Lappland aufgenommen, «mit Blick auf den See von Akäslompolo und den Berg Ylläs mit 719 Metern Höhe über dem Meeresspiegel».



der Leserinnen und Leser, was sie gegen diese Missempfindungen unternehmen könnte.

Osteoporose

«Meine Mutter ist 91 Jahre alt und leidet stark an Osteoporose», schreibt Frau J. P. aus Berlin.

«Eine MRT-Untersuchung ergab eine fortgeschrittene Bandscheibendegeneration und konzentrische Spondylose (Veränderungen an den Wirbelkörpern, d. Red.). 2007 hat sich meine Mutter bei einem Unfall einen Brustwirbel angebrochen, 2014 brachen ohne erkennbaren Grund die Lendenwirbel 1 und 3.

Meine Mutter hat bisher dreimal eine Injektion des Mittels «Prolia» erhalten (gegen ein Bisphosphonat besteht eine intravenöse Unverträglichkeit). Sie soll nun Ibandronsäure erhalten und nimmt folgende Medikamente regelmässig ein: Losartan 75 (ein blutdrucksenkendes Mittel), Vitamin B 12 und Vigantoletten (Vitamin D).

Der Arzt hat meiner Mutter gesagt, dass eine Stoffwechselstörung besteht und deshalb der Knochenabbau stark voranschreitet; er kündigt weitere Knochenbrüche an. Wir wüssten nun ger-

ne, was sie machen kann, um den Knochenabbau aufzuhalten. Vielleicht gibt es auch Leser der GN, die Erfahrungen mit starker Osteoporose haben. Vielen Dank für Ihre Hilfe!»

Augenprobleme

«Mein Mann (82 J.) hat nach einer missglückten Staroperation (u.a. auch falsche Linsen) grosse Probleme mit den Augen», schreibt Frau G. S. aus Effretikon.

«Beide sind stets entzündet, die Sehkraft ist äusserst schlecht. Gemäss augenärztlicher Auskunft ist nichts zu machen.

Dazuzusagen wäre, dass eine Sehnerventzündung während lange zurückliegender Tropenjahre nie richtig behandelt wurde. Mein Mann trägt nie eine Sonnenbrille.

Wer kennt einen Arzt, einen Therapeuten oder eine Apotheke, an die wir uns in dieser Lage wenden könnten, oder hat Erfahrungen mit Mitteln, die die Sehkraft stärken könnten? Wir wären glücklich und dankbar für jeden Rat.»

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

Leserbriefe

Inhalationen, GN 1-2/2015

Im Zusammenhang mit diesem Artikel möchte ich darauf hinweisen, dass Pfefferminz-Dämpfe bei kleinen Kindern, Schwangeren und Epileptikern nicht angebracht sind. Das Tox-Zentrum rät ausdrücklich davon ab.

Asthma- und COPD-Kranke sollten beim Inhalieren mit Cineolhaltigen Pflanzen vorsichtig sein. Cineol kommt hauptsächlich in einigen Eukalyptus-Arten sowie in Ravintsara, Kardamom, Rosmarin ct. Cineol und verschiedenen anderen ätherischen Ölen vor. Kampfer kann erhebliche Nebenwirkungen haben und sollte vor allem bei Säuglingen und Kleinkindern nicht eingesetzt werden. Bei kleinen Kindern kann er einen Stimmritzenkrampf verursachen. Auch Schwangere und Epileptiker sollten Kampfer meiden.

Nur nebenbei sei erwähnt, dass ätherische Öle nicht in kochendes Wasser gegeben werden sollten, sondern in Salz gelöst und danach mit heissem Leitungswasser (50-60 Grad) übergossen werden.

Barbara Bernath-Frei, Zürich

GN als Lebensbegleiter

Ihre Zeitschrift war für mich Lebensbegleiter und hat mir viele Hilfestellungen gegeben, wofür ich sehr dankbar bin.

Hildegund Hoffmann, Dinslaken