

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 74 (2017)  
**Heft:** 3: Tastsinn : die Macht der Berührung  
  
**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:** 11.01.2026

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

# Das Leserforum

## Hilfe bei Morbus Waldenström?

Unter der seltenen Lymphomerkkrankung Morbus Waldenström (bösartige Erkrankung der weissen Blutkörperchen) leidet Frau H. W. aus Weyhe. Sie sucht nach alternativen Behandlungsmöglichkeiten.

Leider ging zu dieser Problematik keine Zuschrift ein. Die Forschung zu der seltenen Krankheit macht einige Fortschritte; neue Kombinationstherapien sind in der klinischen Prüfung. Die Palette an alternativen Behandlungen ist nicht sehr gross. In Erwägung zu ziehen wäre eine ganzheitliche Therapie zur Stärkung der Konstitution.

## Neuropathische Schmerzen

Über neuropathische Schmerzen in den Füßen klagt Herr U. H. aus Zürich. Er bittet um Rat zur Linderung mittels natürlicher Produkte.


Auch Frau M. L. aus Schüpfheim hatte mit neuropathischen Schmerzen zu kämpfen. Sie erhielt aus der Apotheke das chinesische Heilmittel «Padma 28». «Es linderte meine Schmerzen stark.»

Zum «Schiele-Bad» (ansteigendes Fussbad) rät Naturheilpraktikerin K. K. aus Hamburg (D). «Gerade bei Neuropathien verschiedenster Genese hat es sich sehr bewährt.»

Leser O. A. aus Hausen b. Brugg rät zu Bewährtem wie Einreibungen mit Franzbranntwein, Heiss-Kalt-

Duschen der Füsse und «Knie gegeneinander schütteln».

Das Gesundheitsforum ergänzt: Neuropathien verlangen viel Geduld in der Behandlung. Wichtig ist die konsequente und behutsame Normalisierung des Blutzuckers. Nicht zu unterschätzen sind einfache Massnahmen wie kalte oder warme Güsse (je nach Indikation). Kurzfristig kann auch eine capsaicinhaltige Salbe helfen; dies sollte jedoch mit dem behandelnden Arzt abgeklärt werden.

 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.

## Gesundheitstelefon

Tel: 071 335 66 00 (Schweiz)

Tel: +41 71 335 66 00

(Deutschland/Österreich)

Mail: [info@avogel.ch](mailto:info@avogel.ch)

Unser Gesundheitstelefon ist wie folgt besetzt: Mo/Di/Do, jeweils 8–12 Uhr und 13.30–16 Uhr



Marlis Cremer  
Drogistin HF



Gabriela Hug  
Heilpraktikerin

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



### **Probleme mit Hautpilz und Asthma**

Auf guten Rat für ihre Enkeltochter hofft Frau A. W. aus Bütschwil. Die 28-Jährige leidet zugleich unter Hautpilz und Asthma.

Gleichermassen betroffene Leser haben sich zu dieser Symptomatik nicht gemeldet. Das Gesundheitsforum verweist auf Alfred Vogels Tipps bei Asthma: naturgemässe Ernährung, Brustwickel mit wärmenden Kräutern wie Heublumen, Spitzwegerich und Ackerschachtelhalm respektive warme Johannisölwickel und Wechselfussbäder. Lindernd wirkt auch Meerrettichsirup. Für Asthma-Betroffene ist es wichtig, ihre Atemfähigkeit voll auszunutzen. Mithilfe spezieller Atemgymnastik und richtiger Körperhaltung kann Luftnot gelindert werden.

Ein erprobtes Mittel gegen Pilzerkrankungen ist Molkosan: 4 bis 5 EL in 1 bis 1,5 l Wasser verdünnt tagsüber verteilt trinken. Auch Einreibungen mit Molkosan sind zu empfehlen.

### **Starker Juckreiz in den Ohren**

Nach Hilfe gegen starken Juckreiz in den Ohren sucht Herr H. S. aus Hohberg (D).

Einen «Zusammenhang mit dem Reinigen der Ohren mittels Wattenstäbchen» und dem Juckreiz stellte Frau B. R. aus Schlieren fest. Seitdem sie die Stäbchen nur noch selten und in Bio-Qualität nutze, habe der Juckreiz nachgelassen.

Von einer Apothekerin erhielt Frau M. S. aus Bottighofen den Rat, einen kleinen Tropfen Olivenöl auf einem Wattestäbchen vorsichtig ins Ohr zu führen. «Das mache ich zwei- bis dreimal pro Woche und bin seither beschwerdefrei.»

Die Gabe von Olivenöl half auch Frau E. L. aus Schaffhausen: «Abends einen Tropfen in jedes Ohr geben. Mit Pipette geht das sehr gut. Dreimal wöchentlich, bis es besser wird.»

Bei einer Wanderung vom First zum Bachalpsee traf Markus Hensler aus Bülach auf diese flauschigen Blüten.





«Endlich Abhilfe gefunden» hat der Mann von E.T. aus Baden AG, der viele Jahre unter heftigem Juckreiz im Ohr litt: «Er tunkt ein Wattestäbchen in Knoblauchöl (Knoblauch-Kapseln von A.Vogel aufschneiden) und beträufelt sehr vorsichtig den juckenden Bereich, insbesondere den Gehörgang. Anfänglich ein- bis zweimal pro Woche, danach nur noch bei Bedarf. Die Besserung erfolgt sehr rasch. Anwendung vorzugsweise vor dem Schlafen.»

Rasch Linderung verschafft haben Frau M.E. aus Magden Otipax-Ohrentropfen aus der Apotheke. «Nach zweimaliger Anwendung war zu meinem Erstaunen neben den Schmerzen auch der Juckreiz weg.»

«Ruhe» von den Beschwerden hat Frau V.P. aus Sammedan dank ihres HNO-Arzt. «Er gab mir Prurimed Lipolotion. Es hilft mir stets.»

### **Pseudo-Gicht mit Gelenkschmerzen**

Von Gelenkbeschwerden aufgrund Pseudo-Gicht betroffen ist Frau I.B. aus Schönenberg ZH. Sie erhofft sich einen guten Tipp gegen ihr Leiden.

Leserin M.J. aus Schlangenbad (D) plagte sich auch mit Gelenkschmerzen. Bei ihr war Östrogenmangel einer der Auslöser. Die Gabe von Mineralien hat ihr gut geholfen: «Zurzeit nehme ich Magnesium, Kalzium, Zink und Selen in der empfohlenen Tagesdosis.»

Das Gesundheitsforum weist darauf hin, dass Pseudo-Gicht häufig Begleiterscheinung einer altersbedingten Arthrose sein kann. Sie kann aber auch sekundär infolge einer Stoffwechselerkrankung auftreten (Abklärung durch den Arzt). Linderung verschaffen Bäder und eine Bewegungstherapie. Gut wirken auch Produkte mit Teufelskralle (*Harpagophytum procumbens*) und eine Gewebe-Entschlackung (Basenmittel).

In die «Gletschermühle» Viamala zieht es einen förmlich hinab – fotografiert von Jörg Werndli aus Ittigen.





## Neue Anfragen

### Lipome: Natürlich zu behandeln?

Lipome an beiden Armen hat der Sohn von Frau L. H. aus Schattdorf, einige wurden bereits operativ entfernt. «Hat jemand Erfahrung, wie Lipome mit Alternativmethoden/Naturheilkunde abgebaut werden können, respektive wie sich keine neuen mehr bilden, um Operationen zu vermeiden?»

### Schmerzhafte Polyneuropathie

Extrem starke Schmerzen in den Beinen verspürt Herr H. M. (74) aus Helmenzen (D) aufgrund einer Polyneuropathie. Er sucht dringend nach Rat, denn bislang erbrachte keine der zahlreichen Abklärungen, weder schulmedizinisch noch alternativ, Hilfe.

### Fehlende Knorpelsubstanz

Frau R. C. aus St. Gallen sorgt sich um ihren Mann (91), dem die Diagnose «fehlende Knorpelsubstanz zwischen dem fünften und sechsten Halswirbel» gestellt wurde. «Das hat zur Folge, dass es schleift und schlägt und mit starken Schmerzen verbunden ist. Diese strahlen auf die rechte Seite des Nackens aus, so dass er den Kopf kaum mehr bewegen kann und auch Mühe hat, sich hinzulegen.» Die Schmerzen seien «praktisch während 24 Stunden präsent».

### Zystenniere: Wie das Wachstum stoppen?

Der Ehemann (Jahrgang 1958) von Frau C. G. aus Schönggrund hat eine Zystenniere, die gewachsen ist, wie eine Spitaluntersuchung zeigte. In der Familie gebe es Angehörige mit Nierenproblemen. Hinzu komme der hohe Blutdruck von Herrn G. (Nichtraucher, kein Alkohol), der viel Stress im Beruf habe. «Weiss da jemand einen Rat, was man auf natürliche Weise machen kann?», fragt die GN-Abonnentin.

#### Können Sie helfen?

#### Wissen Sie einen guten Rat?

Gesundheits-Nachrichten | Leserforum  
Postfach 43, CH-9053 Teufen  
E-Mail: [info@avogel.ch](mailto:info@avogel.ch)

## Anzeige

**Biotta®**  
Der Schweizer Bio-Pionier

### Fasten: Natürlich gut



Als nachhaltige Manufaktur steht Biotta seit 1957 für Qualität. Kathrin Weishaupt, dipl. Naturheilpraktikerin und Biotta-Mitarbeiterin, hat einen Leser-Tipp zum Thema Fasten.

Fasten ist seit Jahrtausenden ein universeller Bestandteil der menschlichen Natur und Kultur. Der freiwillige Nahrungsentzug wirkt nicht nur verjüngend und regenerierend. Auch die medizinische Bedeutung wird immer klarer. Denn Fasten wirkt wie ein – heilsamer – Schock auf den Körper. Es stellt die Physiologie auf den Kopf und löst ganze Kaskaden von biochemischen Reaktionen aus.

So werden etwa spezielle Reinigungsmechanismen angeregt: sozusagen die Müllabfuhr und das Recyclingsystem der Zellen. Fasten hemmt nachweislich Entzündungen und senkt hohen Blutdruck. Auch weiss man inzwischen, dass sich die Darmflora, immens wichtig für das Immunsystem im Darm, durch Fasten positiv verändern kann. Da es in der Entwicklungsgeschichte des Menschen immer wieder Zeiten knapper Nahrung gab, ist das Fastenprogramm im Körper gespeichert. Sie werden erstaunt sein, dass alles wie von selbst geht. Ihr Körper kann nämlich von Natur aus fasten. Nur Ihr Kopf muss es eventuell wieder lernen.



An dieser Stelle kommt insgesamt fünf Mal in 2017 unser redaktioneller Kooperationspartner Biotta zu Wort.