

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 74 (2017)
Heft: 5: Zähne : gesund im Mund

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>

Leserforum

Lipome verhindern

Der Sohn von Frau L. H. aus Schattdorf leidet unter Lipomen an den Armen und wurde deshalb mehrfach operiert. Er hofft auf Rat, wie man die Bildung der Knoten im Fettgewebe verhindern respektive vorhandene auf alternativem Wege abbauen kann.

«Ich habe mich in eine ganzheitliche Behandlung begaben», antwortet Herr M. N. aus Chur. Ihm wurden eine Basenkur und eine unterstützende Behandlung der Leber empfohlen. «Seit ein paar Monaten sind keine neuen Lipome entstanden. Es freut mich, dass sich die bestehenden Lipome verkleinert haben und ein wenig weicher geworden sind», so Herr N.

Frau E. P. aus Luzern setzt auf Ausleitung durch Schüssler Salze. Der Abbau von Stoffwechselendprodukten lasse sich damit gut unterstützen: Nr. 9 (Natrium Phosphoricum) sorge für einen ausgewogenen Säurehaushalt, Nr. 10 (Natrium Sulfuricum) sei wichtig für die Entgiftung und Entschlackung, Nr. 11 (Silicea) fördere den Aufbau von neuem Körpergewebe.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Nach Stand der Wissenschaft steht die Entwicklung von Lipomen nicht in Beziehung zur Höhe der Blutfettwerte. In der Naturheilkunde wird es dennoch für sinnvoll erachtet, den Fettstoffwechsel günstig zu beeinflussen, z.B. mit Leberschonkost oder Leberauflagen (siehe auch: Leberdiät nach A. Vogel im Buch «Die Leber reguliert die Gesundheit»).



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.

Schmerzhafte Polyneuropathie

Gegen seine starken Schmerzen in den Beinen aufgrund einer Polyneuropathie sucht Herr H. M. (74) aus Helmenzen (D) dringend Hilfe.

«Ich hatte auch vor Jahren plötzlich extrem schmerzende Beine und konnte kaum noch laufen», schildert Frau S. S. aus Grenchen SO. Sie dachte sich, dies werde wohl eine Art von Rheuma sein. «Ich ging gar nicht erst zum Arzt. Ich setzte auf Rohkost und ass einige Monate lang 70 Prozent nur roh.» Danach



Gesundheitstelefon

Tel: 071 335 66 00 (Schweiz)

Tel: +41 71 335 66 00

(Deutschland/Österreich)

Mail: info@avogel.ch

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



Drogistin HF
Marlis Cremer



Heilpraktikerin
Gabriela Hug

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

seien die Beschwerden verschwunden und seither nicht mehr aufgetreten, «obwohl ich auch wieder viel Gekochtes esse und ass», schildert Frau S.

Das Gesundheitsforum empfiehlt, mögliche Auslöser wie z.B. Diabetes mellitus, eine Nierenschädigung oder Vergiftungen (z.B. durch Quecksilber) auszuschliessen. Hilfreich bei generalisierten Gliederschmerzen sind Kräftigung und Dehnung der Muskeln, gelenkfreundliche Sportarten wie Schwimmen, Nordic Walking und Radfahren, Wasser- und Bädertherapien, Elektro- und Ultraschalltherapie.

Die Redaktion ergänzt: Hoffnung auf eine Heilungs methode machen Forscher der Klinik für Neurologie am Universitätsklinikum Düsseldorf (D). Das Team untersuchte die heilende Wirkung von Mutterkraut. Die Pflanze wird bereits als traditionelles Migränenmittel eingesetzt. Neuropathie-Patienten soll sie helfen, in-

dem sie die normalerweise sehr langsame Regeneration geschädigter Nervenfasern beschleunigt. Bis zur Entwicklung eines einsatzfähigen Medikamentes sind allerdings noch weitere Untersuchungen notwendig.

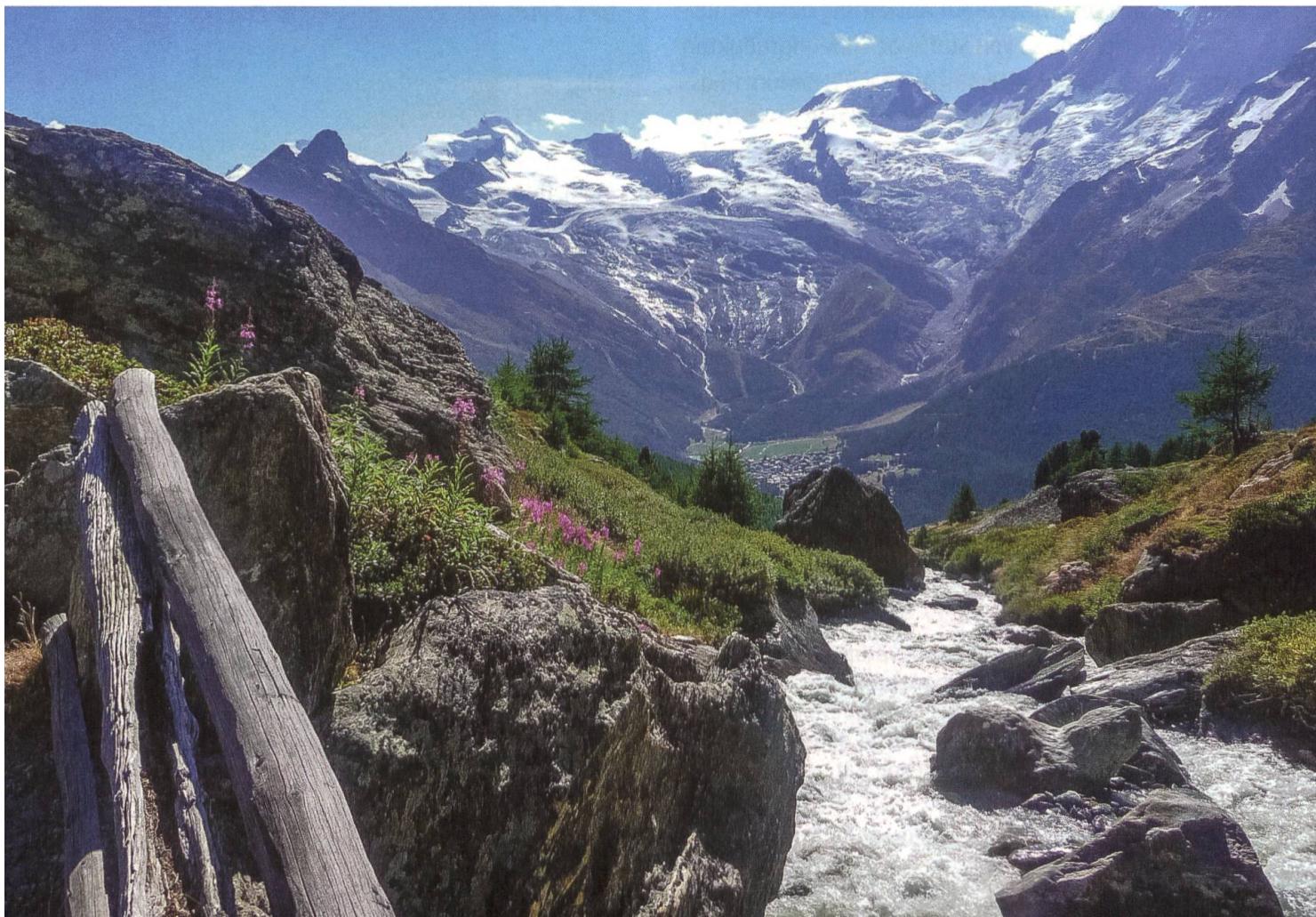
Fehlende Knorpelsubstanz

Fehlende Knorpelsubstanz zwischen den Halswirbeln macht dem Ehemann von Frau R. C. aus St. Gallen zu schaffen. Er quält sich Tag und Nacht mit Schmerzen.

«Ich hatte ähnliche Probleme und konnte sie massiv reduzieren mit einem Mittel des Biochemikers Dr. R. Hittich», macht Prof. E. B. aus Kreuzlingen dem Ehepaar C. Mut. «Ultra Gelenk Kraft Pro» sei rein biochemisch. Die Tabletten hätten bei ihm innerhalb ein bis zwei Wochen gewirkt, schreibt Prof. B.

Hinweis der Redaktion: Das von Herrn B. empfohlene Präparat enthält u.a. Glucosamin. Auch Alfred Vogel

Vom Blick aufs Alalinhorn fasziniert war Elma Lust aus Breisach (D) bei einer Wanderung auf dem Kreuzboden.



setzte auf die förderliche Wirkung von Glucosamin (einem wichtigen Bestandteil der Bänder und Gelenkknorpel) in Kombination mit Hagebutte, die sich speziell bei Rückenleiden bewährte.

Tipp des Gesundheitsforums: Günstig ist eine kieselsäurereiche, basische Ernährung. Massnahmen gegen die Schmerzen könnten sein: manuelle Therapie in Kombination mit sanften Traktionen und Massagen, Heublumenauflagen im Nacken, kalte Wickel, Salbenumschläge mit Arnika und/oder Beinwellsalbe, Kohlwickelumschläge oder Lehmumumschläge.

Zystenniere: Wachstum stoppen

Natürliche Hilfe, um das Wachstum seiner Zystenniere zu stoppen, sucht Frau C. G. aus Schönengrund für ihren Ehemann.

Herr F.B. aus Interlaken rät, nach Möglichkeit Medikamente zu meiden, die der Niere schaden könnten (z.B. Schmerzmittel, d. Red.). Er setzt auf eine ganzheitliche homöopathische Behandlung. Ein gutes Mittel bei genereller Neigung zur Zystenbildung sei Apis C30 (fünf Globuli täglich einnehmen).

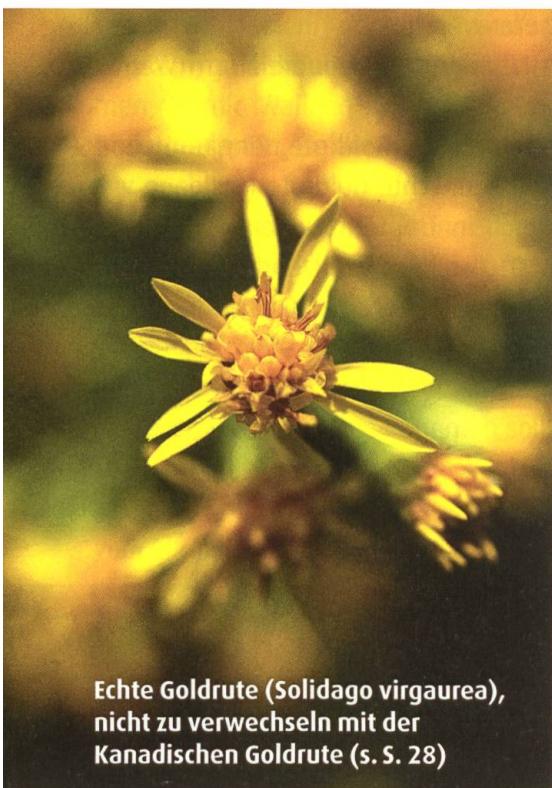
Tipp vom Gesundheitsforum: Alfred Vogel riet zu warmen Wasseranwendungen in der Nierengegend, Kräutersitzbädern und generell zum Warmhalten.

Günstig können Tees aus Goldrute, Zinnkraut und Birkenblättern wirken. Echte Goldrute (*Solidago virgaurea*) kann auch in Tropfenform eingenommen werden. Entlastend und unterstützend für die Niere wirken zudem ein bis zwei Schonkost-Tage (salzarm, fleischlos) in der Woche.

Fast scheint es, als posiere das Murmeli im Val Lavizzara mit Absicht für Daniela Kellerhals aus Oberhofen.



Anmerkung der Redaktion: Einzeln ist eine Nierenzyste meist harmlos und erfordert keine Behandlung. Wenn sich jedoch mehrere solcher Zysten in den Nieren bilden und an Anzahl und Grösse kontinuierlich zunehmen, spricht man von Zystennieren. Anders als die einfache Nierenzyste entstehen Zystennieren meist durch Vererbung.



**Echte Goldrute (*Solidago virgaurea*),
nicht zu verwechseln mit der
Kanadischen Goldrute (s. S. 28)**

Neue Anfragen

Spärlicher Haarwuchs beim Kind

Um ihre vierjährige Enkelin sorgt sich Frau A. A. aus Augsburg (D). Das Kind habe einen ziemlich spärlichen Haarwuchs. «Ich wäre deshalb sehr dankbar, aus Ihrem Erfahrungsschatz Empfehlungen zu erhalten, wie man das Haarwachstum fördern kann.»

Hilfe gegen Hallux

«Seit längerem plagt mich ein Hallux, und ich habe gehört, dass man dem auch ohne OP beikommen kann», schildert Frau H. A. aus St. Gallen. «Hat jemand der Leser Erfahrungen oder auch Tipps zur Linderung?», fragt Frau A.

Ödeme in den Wechseljahren

Seit Beginn der Menopause leidet Frau D. G. aus Freiburg (D) unter geschwollenen Beinen und auch rund um die Augenpartie machen sich Wassereinlagerungen bemerkbar, besonders stark am Morgen nach dem Aufstehen. Frau G. erbittet Tipps, was sie mit alternativen Heilmitteln gegen die Ödeme tun kann.

Probleme mit Fussinnenseiten

Arthrose an den Fussinnenseiten macht Frau S. S. aus Eschbach (D) zu schaffen. Einlagen und Abrollhilfe in den Schuhen brächten ihr nicht viel; orthopädische Schuhe wurden bislang von der Krankenkasse nicht gezahlt.

Einer bevorstehenden Behandlung steht die Leserin skeptisch gegenüber: «Vorgesehen wäre eine radioaktive Spritze (nuklearmedizinische Gelenktherapie bzw. Radiosynoviorthese, d. Red.), sehr umständliches Prozedere, 48 Stunden total stillhalten (Ruhigstellung durch einen Schienenvverband).»

Momentan behilft sich Frau S. «mit Hagebuttenpulver und Rhus tox» (Rhus toxicodendron, so der botanische Name des Giftsumach, ist ein häufig gebrauchtes Mittel in der Homöopathie. Es wird unter anderem bei Erkrankungen der Sehnen und Bänder sowie bei Nervenleiden eingesetzt). Was gibt es noch oder Besseres?», möchte Frau S. vom Leserforum gerne wissen.

Können Sie helfen?

Wissen Sie einen guten Rat?

Gesundheits-Nachrichten | Leserforum

Postfach 43, CH-9053 Teufen

E-Mail: info@avogel.ch