Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 75 (2018)

Heft: 1-2: Diabetes : natürliche Hilfe

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: 15.12.2025

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

Leserforum

Kalte Hände trotz viel Bewegung
Sobald die Temperaturen sinken, machen Frau Z. K. aus Ballwil kalte Hände zu schaffen, sowohl zu Hause als auch im Freien. Die sportlich aktive 71-Jährige hofft auf gute Tipps.

Frau E. F. aus Bern haben Kneipp-Anwendungen gut geholfen: Bürstenmassagen, Armbäder und das Einreiben mit durchblutungsförderndem Öl.

Das Gesundsheitsforum rät, gegebenenfalls die Medikamenteneinnahme zu überprüfen, da einige Arzneimittel als Nebenwirkung auch kalte Hände und Füsse mit sich bringen. Niedriger Blutdruck, Eisenmangel, Autoimmunerkrankungen oder Gefässerkrankungen können auch mit kalten Händen in Verbindung stehen. Ratsam sind Handgymnastik und Massagen, wodurch die Beweglichkeit und Durchblutung angeregt wird.

Starker Durchfall (Diarrhoe)
Unter sehr starkem Durchfall leidet Herr A. B. aus Dormagen. Magen-und Darmspiegelung waren ohne Befund, Antibiotika und Kortison hätten nicht geholfen. Eine naturheilpraktische Behandlung zum Aufbau der Darmflora sei ebenfalls ohne Erfolg geblieben. Herr B. sucht dringend Abhilfe.

«Auch ich hatte während ein paar Jahren jeden Morgen nach dem Aufstehen sehr starken Durchfall. Der Spezialist konnte das Problem nicht lösen und verschrieb mir das Medikament Immodium. Doch der Erfolg blieb aus», schreibt Frau H. S. Sie wurde schliesslich auf ein chinesisches Medizin-Zentrum aufmerksam und erfuhr, dass dort auch Diarrhoe behandelt wird. «Ich ging hin und tatsächlich, die Akupunktur brachte die ersehnte Heilung. Der chinesische Arzt erklärte mir, dass die Milz und die Leber nicht mehr richtig funktionierten», berichtet die Leserin.

«Meine Mutter hatte viele Jahre hindurch immer wieder starken Durchfall. Letzten Frühling dauerte das Elend fast zwei Monate», so Frau C. D. aus

In der Rubrik «Leserforum» veröffentlichen wir persönliche, ungeprüfte Erfahrungsberichte. Beanspruchen Sie daher vor der Anwendung stets fachlichen Rat.

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 Abonnenten der GN gratis.

Wetzikon ZH. Geholfen habe dann Kalmuswurzel, bis heute sei die Mutter beschwerdefrei. «Das Rezept lautet wie folgt: 1 gestrichener TL Kalmuswurzel (aus der Drogerie) wird in 2,5 dl Wasser über Nacht angesetzt. Morgens leicht anwärmen (nicht kochen) und abseihen. Vor der Anwendung wird der Tee im Wasserbad erwärmt. Dann dreimal am Tag vor und nach dem Essen einen (nicht mehr!) Schluck nehmen. Bei meiner Mutter waren die Beschwerden innerhalb eines Tages verschwunden. Sie hat den Tee dann noch etwa 14 Tage weiter zu sich genommen», erklärt die Leserin.

«Meine langjährigen Darmprobleme kuriere ich mit Aktiv-Kohle-Pulver und mit Mariendistel-Kapseln und Vitamin-B-Komplex. Das Kohle-Pulver ist auch ein Entgiftungsmittel, daher muss genügend getrunken werden», macht Leserin A. F. aus Berikon aufmerksam. Zudem solle die Therapie langfristig mit gesunder, zuckerloser Nahrung unterstützt werden.

«Eine Nachbarin hat mir gesagt, dass drei bis vier gedörrte Heidelbeeren pro Tag helfen», meldet Frau M.B. aus Wittenbach. Bei ihr habe der Durchfall sofort aufgehört. «So habe ich nun immer Beeren auf Vorrat. Einfach zerkauen.»

Weisse Haut im Auge

Im rechten Auge von Frau S. M. aus Bern wächst weisse Haut. Sie fragt nach Erfahrungen anderer Leser und will auf jeden Fall eine Operation vermeiden.

«Ich habe selbst in beiden Augen dieses Problem und war zur Abklärung bei zwei Augenärzten», schreibt Frau R. S. aus Schneisingen. Ihre Einschätzung: «Es könnte sich um ein Flügelfell handeln, das sich durch eine Schädigung der Augen-Bindehaut entwickelt, welche zu viel Sonnenlicht bekam (keine Sonnenbrille getragen). Dieses Flügelfell finde man oft in Mittelmeerländern, wo die Sonne stärker strahle. «Die Ärzte sagten mir, dass man es erst operiert, wenn

Leseforum-Galerie «Natur und Stadt»: Am Neujahrsmorgen vor einigen Jahren fing Maria Voser diese «Märchenlandschaft mit herrlichem Pulverschnee» am Stadtrand von Zürich-Seebach ein.

man auch den Grauen Star operieren muss, da sich ein Rezidiv bilden kann.» Wichtig sei, «dass man die Augen mit entsprechenden Augentropfen (mit Hyaluron) gut feucht hält». Spagyrische Flügelfell-Tropfen seien auch eine hilfreiche Möglichkeit, so Frau S.

Anmerkung des Gesundheitsforums: Auch übermässiger Stress in den Augen, z.B. durch langes Arbeiten am PC oder Reizungen in staubiger, trockener Umgebung können das Wachstum von Wucherungen fördern. Positiv auf die Augengesundheit wirkt sich die ausreichende Aufnahme von Vitamin A (in Obst und Gemüse, in Algen) und Trinken aus (2 l Wasser/Tag).

Massive Bewegungseinschränkungen

Zwei Rückenoperationen infolge Bandscheibenvorfall hat Frau R. B. aus Selzach hinter sich, zudem Infiltrationen. Massive Beschwerden schränken sie dennoch sehr ein. Frau B. erhofft sich «einen Vorschlag betreffend meinem Leiden».

«Unbedingt Übungen der Rückenschule machen», empfiehlt Herr A. Z. aus Luzern. «Gut helfen auch Bäder mit Heublumenextrakt.»

«Schüssler Salze Nr. 1, 2, 7 und 8 können gegen die Beschwerden helfen», so Frau L. F. aus Bern. Auch als Homoöpathika seien die Mittel zu empfehlen.

Erfreulich: Leserin R. B. folgte umgehend nach ihrer Anfrage der Empfehlung des Gesundheitsforums. Sie behandelt ihre Beschwerden seither mit Arnika, Glucosamin sowie Arnika-Gel. «Ich bin überglücklich, meine Schmerzen haben sehr nachgelassen», schreibt sie.

Leseforum-Galerie «Natur und Stadt»: Vor einem Hotel in Brunnen am Vierwaldstättersee nahm Othmar Attiger den Schwan vom Schiff per Teleobjektiv ins Visier. «Viel Zeit blieb da nicht», schreibt er.

Neue Anfragen

Augenerkrankung/Zahnsanierung

Auf der Suche nach Ursachen für ihre Augenerkrankung Retinitis pigmentosa sine pigmento hat sich eine Leserin aus Utzingen u.a. die Zähne von einem Spezialisten untersuchen lassen. «Von neun Wurzelbehandlungen sind sechs nicht gut verheilt. Der Spezialist empfiehlt eine Amalgamsanierung und Implantate. Ich war über Jahrzehnte zweimal im Jahr in der Kontrolle. Die Untersuchungsergebnisse haben mich geschockt. Ich frage mich, ob nicht eine Prothese die gesündere Variante wäre. Hat jemand Erfahrung mit Zahnsanierungen?»

Antibiotika und Darmflora

Weil er aufgrund einer Erkrankung Antibiotika einnehmen muss, macht sich Herr K. M. aus Interlaken Gedanken, wie sich die Medikamente auf die Darmflora auswirken werden. «Kann ich parallel naturheilkundlich was tun?»

Häufiger Schluckauf

Frau G. A. aus Lörrach plagt regelmässig häufiger Schluckauf, besonders nach dem Essen. Sie hofft auf Tipps, was sich dagegen tun lässt.

Natürliche Gewichtsreduktion

Nahezu alle gängigen Präparate und Kuren habe er ausprobiert, aber nichts helfe auf Dauer, um sein Gewicht zu senken, klagt Herr U. S. aus Zürich. Er sucht nun nach Möglichkeiten natürlicher Gewichtsreduktion.

Können Sie helfen?
Wissen Sie einen guten Rat?
Gesundheits-Nachrichten | Leserforum
Postfach 63, CH-9053 Teufen
E-Mail: info@avogel.ch

Leserbriefe

Zu Gast bei A.Vogel in Teufen
Herr F. R. besuchte die A.Vogel Drogerie auf dem Hätschen und konnte von einem Ratschlag unserer Gesundheitsberaterinnen profitieren: «Ich war mit meiner Frau bei Ihnen im Laden in Teufen, und ich habe Sie um einen Rat gebeten, weil eine Art Ekzem am Mittelfinger seit Monaten nicht heilen wollte. Sie haben mir dann eine Kur mit Echinacea und Echinacea Creme empfohlen. Heute, knapp drei Wochen nachdem ich mit dem Ganzen angefangen habe, ist das Ekzem (oder was immer es war) praktisch verschwunden. Was ich noch zusätzlich gemacht habe, ist, mir einen Fingerhut besorgt, damit der Finger beim Duschen nicht mehr nass wird. Vielen Dank für die Unterstützung.»

«Quälgeist im Ohr», GN 10/2017
Auf Anlaufstellen für Tinnitus-Patienten explizit in der Schweiz macht Leser Rolf Stirnemann (www.diagonal-emotional.ch), ein langjährig Betroffener, aufmerksam:

* Schweizerische Tinnitus-Liga,
  Tel.: 043 818 46 67,
  www.tinnitus-liga.ch
* Sokrates-Klinik in Güttingen,
  Tel.: 071 694 55 44,
  www.klinik-sokrates.ch
* Stationäres Therapieangebot in Chur,
  Tel.: 058 225 23 00,
  www.tinnitusklinik.ch

Eine Leserin aus Weggis weist darauf hin, dass auch das Meiden von Elektrosmog bei Tinnitus wichtig sein könne. Sie sieht ihre Erkrankung in Zusammenhang damit.