Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 75 (2018)

Heft: 9: Gute Behandlungsansätze : Schuppenflechte

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: 14.12.2025

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

Leserforum

Bitterer Geschmack im Mund

Eine Bekannte (82) von Frau S. S. aus Eschbach leidet aufgrund Medikamenteneinnahme unter extrem bitterem Geschmack im Mund. Die Leserin fragt, was man dagegen tun könne, da ihrer Bekannten das Essen verleidet sei.

Die Betroffene solle eine Zahnpasta verwenden, welche Menthol, Minze oder Salbei als Inhaltsstoff hat, rät Herr F. Z. aus Freiburg. Auch das Kauen von Minzblättern sei effektiv, so seine Erfahrung.

Ihr habe bei bitterem Geschmack im Mund eine Ölspülung geholfen, meldet Frau K. L. aus Olten.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Empfehlenswert ist dazu Sonnenblumenöl, morgens und abends je 1 TL davon für etwa fünf Minuten im Mund hin und her bewegen, danach ausspucken.
Nicht selten verursachen bestimmte Medikamente einen bitteren Geschmack im Mund. Um die Ausscheidungs- und Entgiftungsprozesse des Körpers zu unterstützen, ist es ratsam, am Abend Leberwickel zu machen und einige Wochen kurmässig Lebertee (Mischungen aus Löwenzahn, Mariendistel, Pfefferminzblättern, Schafgarbenkraut, Kamillenblüten, Kümmelfrüchten, Fenchelfrüchten oder Wermutkraut) zu trinken. Lesetipp dazu: «Die Leber reguliert die Gesundheit» von Alfred Vogel.

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

Riskante Gartenarbeit

Herr F. A. aus Fribourg ist begeisterter Hobbygärtner und kommt dabei häufig mit Schrammen und Schnitten aus dem Garten. Seine Frau fürchtet, er könne auf diese Weise Infektionen davontragen. Herr A. möchte wissen, ob die Sorge berechtigt ist.

Hobbygärtner sollten stets Handschuhe und festes Schuhwerk tragen, meint Frau S. B. aus Aarau. Beim Fegen des Gartenschuppens könne man sicherheitshalber auch einen Mundschutz anlegen. Räume, in denen sich möglicherweise Mäusekot befindet, soll-

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.

te man vor dem Betreten längere Zeit lüften und befeuchten, damit kein Staub aufwirbelt. So könne man verhindern, sich mit dem Hanta-Virus zu infizieren.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Die Gefahr einer Wundinfektion entsteht bereits durch eine kleine, offene Stelle in der Haut, etwa durch den Stich einer Rose. Staphylokokken, Streptokokken und andere Eitererreger lauern in der Erde – kommt die verletzte Stelle damit in Berührung, können sich die Erreger quasi in die Haut hineinfressen. Dabei kann es zu einer Blutvergiftung kommen. Ärzte warnen besonders vor Clostridien, äusserst widerstandsfähigen, weit verbreiteten Bakterien. Gelangen sie in eine Wunde, können sie einen Giftstoff freisetzen.
Kommt es bei der Gartenarbeit zu einer Verletzung: Wunde mit Wasser auswaschen, desinfizieren und mit einem Pflaster vor weiterer Verschmutzung schützen. Wichtig ist auch eine Tetanusimpfung bzw. deren notwendige Auffrichung gemäss Bundesamt für Gesundheit (BAG).

Gereizte Augen nach dem Schwimmen
Frau P. Z. aus Zürich ist begeisterte Schwimmerin und nutzt die Badesaison im Schwimmbad, in Flüssen und Seen aus. Doch nach dem Schwimmen sind ihre Augen gerötet, tränen und tun weh. Eine Schwimmbrille mag sie allerdings nicht tragen.

Ganz gleich, wodurch die Augen gereizt seien: Ihr helfe stets Palmieren am besten, das entspanne die Augen wunderbar, so Frau I. P. aus Zürich.

Die Redaktion ergänzt: Diese Augenübung kann im Sitzen, im Stehen und auch im Liegen ausgeführt werden. Anleitung: Die Handflächen aneinanderrei-

Leserforum-Galerie «Natur und Stadt»: Hoch über St. Gallen, auf Dreilinden, fand Daniel Widmer diesen Apfelbaum im Ziegengehege. Die Aussicht auf den Bodensee ist auch nicht schlecht ...

ben, um sie zu erwärmen, die Hände dann hohl geformt wie eine Muschel über die Augen legen. Die Handflächen berühren die Augen dabei nicht. Einige Minuten halten und ruhig atmen.
Tipp des Gesundheitsforums: Wohltuend bei gereizten Augen sind Tropfen mit Augentrost und Hyaluronsäure; sie verhindern ein Austrocknen und sorgen für ein frisches Gefühl.

Schlafstörung mit Schweissausbrüchen

Herr R. I. (77, Typ-2-Diabetiker) aus Klettgau wird seit zehn Jahren jede Nacht schwitzend wach und muss vier- bis fünfmal Pyjama-Oberteil oder T-Shirt wechseln. Schlaftabletten und Beruhigungsmittel jeder Art, auch homöopathisch, hätten keine Wirkung gezeigt. Er hat sich nun im Schlaflabor angemeldet, hofft aber auch auf guten Rat aus der GN-Leserschaft. Ihm haben gegen nächtliches Schwitzen Abwaschungen mit Salbeiextrakt vor dem Schlafengehen geholfen, berichtet Herr A. Z. aus Genf. Und seitdem er regelmässig Kneipp-Anwendungen mache, könne er auch wesentlich besser durchschlafen, so der Leser. Der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zufolge sollte man bei Nachtschweiss stark befeuchtende Lebensmittel wie Milchprodukte, Bananen und Orangen meiden, empfiehlt Frau K. F. aus Basel. Gut sei, möglichst oft ein warmes Frühstück zu verzehren, z.B. Haferflocken-Porridge.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Nachtschweiss bei Männern kann ein Hinweis auf eine Fehlfunktion der Schilddrüse sein. Das sollte beim Endokrinologen abgeklärt werden.

Wichtig ist, die Schlafbedingungen zu optimieren: angenehme Raumtemperatur (15 bis 18 °C), ausrei-

Leserforum-Galerie «Natur und Stadt»: Flugverkehr über der Stadt ist nicht unbedingt erbaulich. Doch dieser Anflug im goldenen Licht auf Zürich-Seebach versetzte Maria Voser direkt in Ferienlaune ...

chende Frischluftzufuhr, der Jahreszeit angepasste Bettdecke, leichte und atmungsaktive Nachtwäsche.

Neue Anfragen

Leiden unter Räuspern
«Seit vielen Jahren leide ich unter einem unangenehmen Räuspern», schreibt Frau E. R-T. Sie habe bereits mehrere HNO-Ärzte kontaktiert, «aber keiner konnte mir helfen. Auch endoskopisch konnte man nichts Auffälliges erkennen», so die Leserin. «Ich bin 69 Jahre, meine Schleimhäute sind ausgetrocknet, was mir bekannt ist. Es ist mir peinlich, an Veranstaltungen zu gehen, meistens nehme ich dann Kaugummi, welcher mir vorübergehend hilft. Meine Trinkmenge ist angepasst», so Frau R.-T. Sie hofft auf guten Rat.

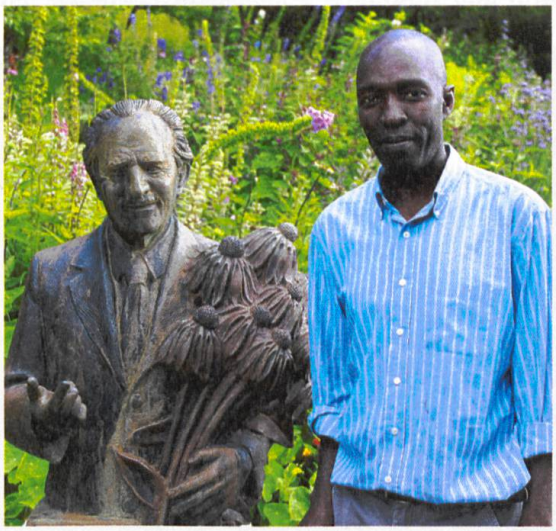
Wunde will nicht heilen
Im Hinblick auf eine Wundheilungsstörung sucht Frau A. D. aus Kaiserslautern Hilfe für ihre 77-jährige Schwester. Diese hat nach einer Dekubitus-OP oberhalb des Steissbeins eine nicht heilende Wunde; weitere OPs zur Schliessung der Wunde blieben ohne Erfolg. «Sie ist ununterbrochen bettlägerig und in einem Altenheim untergebracht, wird mit Medikamenten behandelt.»

Schmerzen infolge Gürtelrose
Eine Freundin von Frau U. L. aus Weissenbrunn leidet seit Längerem unter einer Gürtelrose. «Die Bläschen sind vergangen, die starken Schmerzen sind geblieben.» Die Schmerzzustände konnten durch alternative Behandlungen gelindert werden. «Was könnte zur endgültigen Schmerzfreiheit führen?»

Geruchssinn weg durch Entzündung
«Ich leide seit etwa zwei Jahren an einer chronischen Nasennebenhöhlenentzündung, was auch noch Asthma ausgelöst hat. Ich habe schon viel ausprobiert und auch eine massive Besserung erreicht. Noch immer aber fehlt mir der Geruchssinn, und die Ohren sind noch minim zugeschwollen», schreibt Frau S. R. aus Bünzen und bittet um hilfreiche Tipps.

Besuch aus Simbabwe im Heilpflanzen-Garten

In Südafrika sind A.Vogel Produkte seit vielen Jahren erhältlich. Bald könnte das auch im nördlichen Nachbarstaat Simbabwe der Fall sein. In seiner Praxis in Murewa und in Harare behandelt Dr. Wisdom Gwatidzo mit Erfolg schwerkranke Patienten. Zentral ist für ihn, den Ursachen einer Erkrankung auf die Spur zu kommen. Sein Konzept, um den Genesungsprozess anzustossen, basiert auf naturbelassener Ernährung und individuell angepassten, pflanzlichen medizinischen Zubereitungen – ganz im Sinne von Alfred Vogel.
Beim Besuch im A.Vogel Heilpflanzen-Garten in Teufen liess sich Dr. Gwatidzo von Leben und Werk Alfred Vogels, den er sehr verehrt, und der Pflanzenvielfalt inspirieren.



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