

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 77 (2020)  
**Heft:** 9

**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:** 07.01.2026

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

# Leserforum


## Colitis ulcerosa behandeln

Frau A. O. aus Horgen erhielt mit über 70 Jahren die Diagnose Colitis ulcerosa. Sie fragt nach alternativen Behandlungsmöglichkeiten.

Herr V. W. aus Staufenberg wollte sich nicht damit abfinden, dass im Hinblick auf Colitis ulcerosa als wissenschaftliche Lehrmeinung noch immer gelte, die Ursache dieser Krankheit sei nicht bekannt. «Ich habe bei mir nach der Diagnose selbst eine erworbene Laktoseintoleranz festgestellt und daraufhin Blähungen durch Milchverzicht vermieden. Ausserdem reagiere ich empfindlich auf regelmässigen Kaffeegenuss», schreibt er. Sein Tipp darum: Man solle durch Weglassen von Lebensmitteln ausprobieren, was einem gut tue und auf sein «Bauchgefühl» achten.

«Die Therapie bei einem Arzt für Komplementärmedizin brachte mir ganzheitliche Heilung. Es wurde eine Nahrungsmittelallergie festgestellt», schreibt Frau L. H. Eine Darmsanierung, der Aufbau des Mikrobioms mithilfe von Darmbakterien und eine Ernährungsumstellung hätten den gewünschten Erfolg gebracht. Empfehlenswert findet die Leserin zudem den Verzehr von Heidelbeeren sowie Weihrauchpräparate, probiotische Nahrungsergänzungsmittel und silikathaltige Mineralien.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Auch ein Molkenkonzentrat sowie Flohsamenschalen (mit reichlich Wasser eingenommen) können bei der Behandlung von Colitis ulcerosa hilfreich sein.

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

## Schmerzen durch Gürtelrose

Unter Gürtelrose leidet Frau R. S.; die Schmerzen reichen von der Brust bis zur Rückenmitte.

Die Haut zweimal täglich mit Myrrhentinktur einreiben, lautet der Rat von Dr. H.-K. W. aus Basel. Myrrhentinktur wirke gegen Pilze, Bakterien und vor allem gegen Viren: «Gürtelrose ist ja ein Virenproblem».

Mit einem Schmerzöl auf Basis der Aconitpflanze hat Frau C. Z. aus Aesch gute Erfahrungen bei Gürtelrose

## Gesundheitstelefon

Tel. 071 335 66 00 (Schweiz)

Tel. +41 71 335 66 00

(Deutschland/Österreich)

Mail: [beratung@gesundheitszentrum-avogel.ch](mailto:beratung@gesundheitszentrum-avogel.ch)

Unser Gesundheitstelefon ist besetzt:  
Di/Do, jeweils 8–12 Uhr und 13.30–16 Uhr,  
kurzfristige Änderungen vorbehalten



Drogistin HF  
Christina Keller



Heilpraktikerin  
Gabriela Hug

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



Oberhalb Ovronnaz im Wallis stiess Fredi Elsener auf diese malerische Stelle im Wald und drückte begeistert auf den Auslöser.

**Leserforum-Galerie 2020:  
«Wald, Feld und Wiesen»**

«Weil ich mit offenen Augen durch den Wald spaziere, sehe ich oft schöne Farbtupfer», schreibt Beat Hopfengärtner zu seinem Motiv.



gemacht. Sie betupfte die schmerzhaften Stellen sorgfältig mit den ölgetränkten Fingerspitzen.

«Ich habe die schmerzenden Stellen mit warmem Johannisöl betupft, ca. jede Stunde, was mir sehr geholfen hat», schreibt Leserin O. M. -W. aus St. Sylvère, Kanada.

Ihre «elenden Schmerzen von einer Gürtelrose» hat Frau N. B. «vor Jahren besiegt durch Vitamin-B12-Spritzen», die ihr ein Ganzheitsmediziner verschrieben habe.

Frau M.-L. B. aus Zürich machte gute Erfahrungen mit einem bestimmten Mix an Nahrungsergänzungsmitteln, darunter B-Vitamine sowie Antihistamine.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Alfred Vogel empfahl auch das homöopathische Mittel Daphne mezereum (Seidelbast) D4 oder D6.

### Stielwarzen loswerden

Frau M. S. plagt sich mit Stielwarzen und möchte diese gerne loswerden.

Mit Schneckenschleim konnte Frau H. S. aus Riehen ihre Stielwarze loswerden. Sie setzte sich dazu zweimal eine rote Waldschnecke auf die betroffene Stelle. «Ein paar Wochen geschah nichts, doch auf einmal löst sich die Warze und ist nie wiedergekommen.» Der Schneckenschleim müsse einen speziellen Stoff enthalten, mutmasst die Leserin.

Anmerkung d. Red.: Schneckenschleim ist für Naturmediziner schon lange interessant. Schnecken sondern zum Schutz vor Krankheiten ein antibakterielles Sekret ab, das ihren Körper feucht hält. Dieser Schleim enthält u.a. Hyaluronsäure.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Schüsslersalz Nr. 4, Kalium chloratum, wird bei Warzen eine hilfreiche Wirkung zugeschrieben.



## Schnell beantwortet am Lesertelefon

«Ich weiss nicht mehr, wie ich noch liegen soll», berichtet Frau A. S. Ihr machen unruhige Beine und ein heftiges Kribbeln zu schaffen. Ein Frischpflanzen-Präparat mit einem Extrakt aus frischen Rosskastaniensamen sollte zweimal täglich eingenommen werden. Vorm Schlafengehen wäre zudem die Einnahme eines Mixes aus basischen Mineralsalzen gut.



Kastanien haben es in sich: Ihr Extrakt aus den trockenen Samen wirkt gefässabdichtend und verhindert den Flüssigkeitsaustritt aus den Venen ins umgebende Gewebe.

Wegen stark juckender Ekzeme im Intimbereich wandte sich Frau W. R. aus Zürich ans Lesertelefon.

Die betroffenen Stellen sollten regelmässig mit Molkenkonzentrat abgetupft werden. Ratsam ist zudem die Einnahme von Omega-3-Fettsäuren.

### Zysten in der Brust

Frau H. K. hat zahlreiche gutartige Zysten in der Brust und leidet zudem an einem Erschöpfungssyndrom.

Frau U. K. rät zu einer Mitochondrientherapie nach Dr. Bodo Kuklinski (vgl. auch GN 5/2018). Sie empfiehlt darum das Buch des Arztes mit dem Titel «Mitochondrientherapie – die Alternative».

Dr. H.-K. W. aus Basel berichtet von Fällen in seiner Praxis, bei denen die Gabe eines homöopathischen Komplexmittels u.a. auf der Basis von *Chimaphila umbellata* (Dolden-Winterlieb) die Zysten zum Verschwinden brachte.

Das Gesundheitsforum ergänzt: Unterstützend kann man die Brust mit Schüsslersalbe Nr. 1 einreiben und Schüsslersalz Calcium fluoratum einnehmen.

### Ihr Erfahrungsschatz!

Einen **Tinnitus** infolge eines Knalltraumas, ausgelöst durch starken Gewitterdonner, behandelte Frau M. V. aus Luzern mit der mehrmaligen Einnahme von Arnica C 200. Das starke Summen im Ohr sei fast weg, berichtet die Leserin erleichtert.

Ständig hatte Herr H. B. aus Chur **ingerissene Fersen** durch das Tragen der Arbeitsschuhe. «Seit ich Wallwurzcreme nehme und Basenbäder mit einem Molkenkonzentrat mache, hat sich das stark gebessert.»

Als Klavierspielerin brauche sie intakte Finger, so Frau M. N. aus Basel. «Seit den Wechseljahren habe ich **Probleme mit der Beweglichkeit**.» Doch nun habe sie sehr gute Erfahrungen mit der Anwendung von Arnikagel und der Einnahme von Teufelskralle gemacht.

### Neue Anfragen

#### Schmerzhafte Hammerzehen

Mit Hammerzehen plagt sich Frau T. H. aus Thun. Sie beklagt enormen Druck und Nervenschmerzen und hofft auf Tipps von gleichfalls Betroffenen.

#### Panikattacken

Unter Angstzuständen, steigendem Blutdruck, Zittern am ganzen Körper, trockenem Mund, Rauschen im Kopf, Sehstörungen und heissem Rücken, also Anzeichen von Panikattacken, leidet Frau A. S. aus Zürich. «Ich nehme jetzt Temesta, möchte das aber nicht dauerhaft», schreibt sie.

#### Schwindel-Probleme

«Ich habe die Diagnose «sekundär somatoformer Schwindel» erhalten. Für einen Rat zu dieser Krankheit wäre ich sehr dankbar», schreibt Frau M. F. aus Eggersriet.

#### Heikle Wunde

«Seit längerem habe ich eine offene Wunde am Bein. Es hat sich Schorf gebildet, der nicht weggeht. Ich verbinde es mehrmals am Tag. Habe es auch mit Johanniskraut-Öl versucht. Haben Sie einen Rat, was ich machen kann?», so Frau F. H. aus Radolfzell.

#### Können Sie helfen?

#### Wissen Sie einen guten Rat?

Gesundheits-Nachrichten | Leserforum

Postfach 63, CH-9053 Teufen

Mail: [beratung@gesundheitszentrum-avogel.ch](mailto:beratung@gesundheitszentrum-avogel.ch)