Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 78 (2021)

Heft: 3

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: 10.12.2025

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

Fragen und Ratschläge

Leser fragen

Seborrhoische Keratose
Frau E. F. aus Winterthur
«Seit Längerem plage ich (75) mich mit Alterswarzen (seborrhoische Keratose). Sowohl die Schulmedizin als auch die Naturheilkunde kennen kein Mittel dagegen ausser die mechanische Entfernung», bedauert die Leserin. Dafür seien es aber zu viele an Bauch, Rücken und auf der Kopfhaut. «Vielleicht hat jemand von den LeserInnen eine gute Idee.»

Unruhige Beine und Eisenmangel
Frau G. F. aus Marienheide
Seit Monaten leidet die Leserin unter unruhigen Beinen. Der Neurologe verordnete Tabletten gegen «restless legs». Gegen einen festgestellten Eisenmangel erhält sie Spritzen. Aufgrund von Vorhofflimmern leidet Frau F. zudem an Luftnot. «Können Sie mir einen guten Rat geben, was die Beine erleichtert?»

Brennender Mund
Frau L. F. aus Hagneck
Seit Monaten plagen ihre Schwiegertochter massive Schmerzen, d.h. Brennen von Zunge, Lippen, Gaumen, Nase». Der ärztliche Befund laute «Burning-Mouth-Syndrom». Frau F. hofft auf guten Rat.

Gerötetes Auge
Frau H. H., Sommerhausen
«Seit acht Monaten habe ich ein ständig gerötetes Auge.» Mehrere Antibiotika, Gele und Tropfen hätten nichts gebracht. Lediglich eine bestimmte Salbe helfe etwas, schmiere aber sehr, so dass sie nur abends eingebracht werden könne, schreibt sie. «Wer hat für mich einen Tipp?»

Ihr Erfahrungsschatz!

Tipps und Tricks aus Ihrem persönlichen Gesundheitsalltag:

Über Positives im Umgang mit ihrer **Colitis ulcerosa** berichtet Frau M. V.: «Ich habe tolle Erfolge mit der Blutwurz und den Flohsamenschalen erzielt. Zusätzlich versuche ich, überwiegend warmes Essen und warme Getränke zu mir zu nehmen und meide Rohkost.»

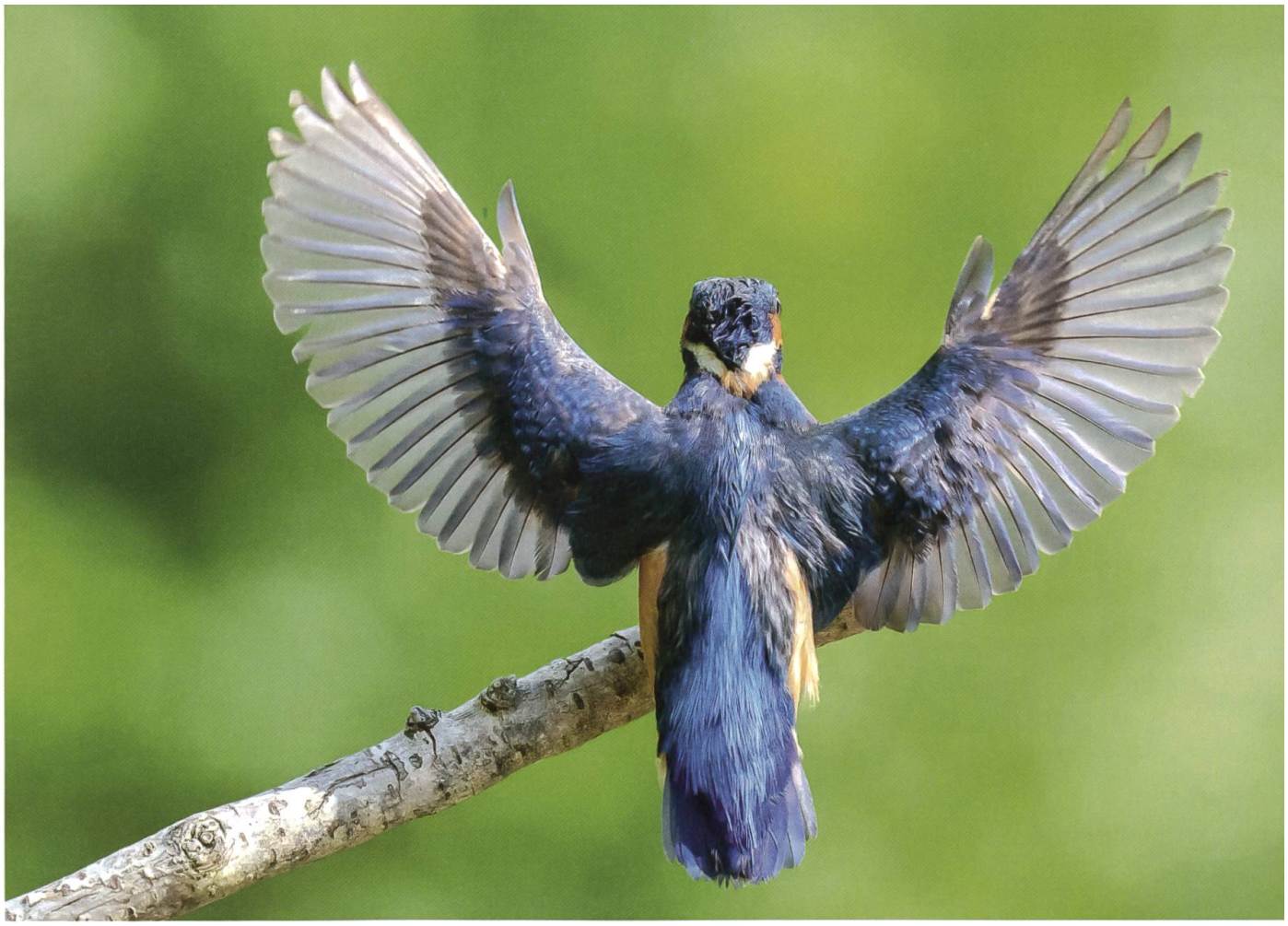
Auf einem guten Weg sieht sich Frau C. B. aus Zürich, was ihr **stark geprelltes Fussgelenk** angeht: Seitdem sie eine Arnika-Zubereitung auftrage und Lehmumschläge mache, «geht es dem Fuss deutlich besser».

Stellen Sie Ihre Frage direkt in unserer

Chatbox

auf der Seite www.avogel.ch/chat

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



Leserforum-Galerie 2021: «Tiere in der Natur»

«Stundenlang wartend auf gute Tierfotos», ist es Patrick Stricker schliesslich gelungen, diesen herrlichen Eisvogel abzulichten.

Im Val Peccia im Tessin kroch Daniela Kellerhals diese prächtige Weinbergschnecke über den Weg.

Leser antworten

Lästiger undefinierbarer Ausschlag
Ein Ausschlag am Oberkörper quält Herrn H. D. aus Bonaduz (GN 12, 2020).

«Ich bin 92 Jahre alt und habe alles Mögliche ausprobiert, um meinen Ausschlag loszuwerden», schreibt Herr W. S. aus Triesen. Völlig beschwerdefrei sei er dank zweier Salben geworden. Das eine Produkt ist verschreibungspflichtig und enthält neben einem Glucocorticoid-Steroid u.a. Salicylsäure. Das zweite Produkt, gedacht zur Nachpflege nach Abklingen des Ausschlages, basiert auf Avocadoöl.

Kreislaufprobleme am Morgen
Frau B. N. aus Neuenburg beklagt Schwindel und Kreislaufprobleme nach dem Aufstehen (GN 1/2, 2021).

«Auch ich habe hie und da Mühe mit niedrigem Blutdruck. Dann nehme ich die Dreier-Kombination der Schüsslersalze Nr. 3, 5 und 8, je 10 Stück mit etwas heissem Wasser. Die Tabletten im Mund mit dem Wasser mindestens eine Minute lang einspeicheln und dann schlucken. Vorher und nachher sollte man 15 Minuten nichts essen. So können die Schüsslersalze richtig aufgenommen werden», so der Tipp von Frau T. K.

Heikle Wunde
Unter einer offenen Wunde am Bein leidet Frau F. H. aus Radolfzell (GN 9, 2020).

«Ich hatte grossen Erfolg mit selbst hergesteller Ringelblumensalbe», empfiehlt Frau R. D. aus Stallikon.

Eine namenlose Zuschrift rät zu Heilerde nach Emma Kunz aus den Römersteinbrüchen von Würenlos.

Gesundheitstelefon

Tel. 071 335 66 00 (Schweiz)
Tel. +41 71 335 66 00 (Deutschland/Österreich)
Mail: 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 Schmidhauser

Heilpraktikerin
Gabriela Hug

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

Unsere Expertinnen raten

Starke Blähungen
Herr B. M. aus Darmstadt sucht Abhilfe gegen seine starken Blähungen (GN 12, 2020).

Herr M. sollte auf den Verzehr von Rohkost verzichten. Hilfreich ist das Würzen der Speisen mit Kümmel, Fenchel und Anis.
Wohltuend wirken regelmässige warme Ölmassagen und Kompressen.
Wirksam sein könnte auch die Einnahme prä- und probiotischer Stoffe. Empfohlen wird zudem ein Produkt mit Boldoblättern und Artischocke.

Schluckbeschwerden und Mundtrockenheit
Herr H. H. aus Rudolfstetten sucht nach einem Mittel, um Hals und Rachen wieder in Balance zu bringen (GN 12, 2020).

Ölziehen könnte helfen; zudem die Einnahme der Schüsslersalze Nr. 6 und 8. Alfred Vogel empfahl das bewusste Kauen von harter Brotrinde.