

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 78 (2021)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Leserforum

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 30.01.2025

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

# Fragen und Ratschläge

## Leser fragen

### Hundebandwurm loswerden

Herr F. R. aus Zäziwil

Einen Hundebandwurm in der Leber entdeckte man bei Leser F. R. Er zog gleich «Der kleine Doktor» zu rate, «auf den Seiten 319 bis 326 wird dieser Bandwurm besprochen». Nun hofft er aber auch auf Tipps von anderen Betroffenen, welche Heilpflanzenextrakte denn noch wirksam sein könnten.

### Nagelbettentzündung am Zeh

Frau S. H. aus Sommersdorf

Mit einer Nagelbettentzündung («Umlauf») an der rechten Grosszehe plagt sich die Leserin aus Deutschland. Sie hat eine Vielzahl an Behandlungsmöglichkeiten ausprobiert, von Fussbädern über diverse Salben bis zu Quarkauflagen, leider ohne Erfolg. Eine Ärztin verschrieb ein Antibiotikum, eine andere überwies sie zum Chirurgen – diese Optionen kommen für Frau H. allerdings nicht in Betracht.

### Psoriasis

Herr O. M.

«Ich habe Psoriasis (Schuppenflechte), wie können Sie mich beraten?», fragt der Leser und hofft auf Hinweise auch von gleichfalls Betroffenen.

## Ihr Erfahrungsschatz!

Die 70-jährige Leserin L. Z. aus Thun hatte «ein grosses Problem beim **Wasserlassen**» und war jeweils am Morgen total erschöpft, weil sie nachts alle ein, zwei Stunden rausmusste. «Dann habe ich ein Produkt mit Bärentraubenblättern und Echinacea probiert und muss nun nur noch ein- bis zweimal pro Nacht zum Wasserlassen aufstehen», berichtet sie. «Dies ist für mich eine grosse Erleichterung», zeigt sich Frau Z. erfreut.

### Harnstau nach Operation

Frau S. M. aus Pfäffikon

Seit einer Rückenoperation kann die Leserin die Blase nicht mehr vollständig entleeren. Ihre Ärztin empfahl, sie solle sich selbst einen Katheder setzen, was ihr aber infolge der OP nicht gelingt. «Auf einen künstlichen Ausgang möchte ich gerne verzichten», betont sie. «Wer kann mir hier weiterhelfen oder hat das Gleiche schon mal erlebt?»

Stellen Sie Ihre Frage  
direkt in unserer

Chatbox

auf der Seite  
[www.avogel.ch/chat](http://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»**

Auf dem Niederhorn im Kanton Bern fing Marina Tschopp diese Szene ein – fast scheint es, als traue der junge Steinbock dem Gelände nicht.

Diese stattliche Kuh mit ihrem Kalb fotografierte Guido Weder auf dem St. Anton, Oberegg AI.



## Leser antworten

### Sicht getrübt

Frau C. B., GN 9/2021

Die Leserin sieht auf dem rechten Auge nur zu 20 Prozent und stellt «Spinnfäden» überm Auge fest.

«Bei solchen Dingen wartet man nicht, sondern geht in ein Augenzentrum, das darauf spezialisiert ist», warnt Frau H.-R. D. aus Basel. Ihrer Erfahrung nach helfen Kräuter da wenig, vielmehr sei die Augenmedizin gefragt.

Die Redaktion ergänzt: Augenärzte raten in der Regel, die «Spinnfäden» («Mouches volantes») zu ignorieren, da es sich um eine Alterserscheinung handelt. Allenfalls könne man noch Ginkgo einnehmen für eine bessere Durchblutung, so der Tipp der A.Vogel Gesundheitsberaterinnen.

## 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 Schmidhauser



Heilpraktikerin  
Gabriela Hug

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

### Blasenschwäche

Frau B., GN 9/2021

Die Leserin belastet eine Blasenschwäche mit immensem Harndruck.

Von ihrer Frauenärztin habe sie ein homöopathisches Mittel erhalten, berichtet Frau H.-R. D. aus Basel: Schachtelhalm-Urtinktur. Davon nehme man anfangs jede Stunde fünf Tropfen, später könne die Dosis dann reduziert werden.

## Unsere Expertinnen raten

### Belastende Fibrome

Frau M. B. aus Zürich, GN 9/2021

Die 66-Jährige plagt sich zunehmend mit Fibromen.

Um den Hautstoffwechsel zu unterstützen, empfahl Alfred Vogel gerne Stiefmütterchen-Tinktur (*Viola tricolor*). Allenfalls könnte man noch Schüsslersalz Nr. 11 (*Silicea*) einnehmen bzw. die Schüsslersalbe Nr. 1 (*Calcium fluoratum*) regelmässig auftragen.

### Spinalkanalstenose

Frau K. E. aus Bern, GN 9/2021

Die Leserin sucht nach Therapien und hofft auf Tipps zu einer möglichen OP.

Wichtig ist vor allem, den mit der Spinalkanalstenose einhergehenden Schmerzen etwas entgegenzusetzen. Man sollte mit dem behandelnden Arzt abstimmen, ob sich Übungen nach Liebscher/Bracht (werden von zertifizierten Therapeuten angeboten) empfehlen.

Konservativ wird z.B. mit Physiotherapie, Wärmebehandlung und Elektrotherapie (Muskelentspannung durch den Einsatz von Strom) behandelt.

Wichtig: Ruhe sorgt in der Regel für eine Verschlechterung der Symptome. Man sollte also in Bewegung bleiben. Wenn Beweglichkeit und Alter es zulassen, ist Radfahren (in korrekter Sitzposition) eine gute Option.