

Schwarzkümmel, Darmsanierung und Co.

Natürliche Heilmittel aus der Drogerie können bei Allergien Linderung bringen.

Stephan Vögeli

Der 53-jährige Stephan Vögeli ist seit Juli 2000 Inhaber der Drogerie Käser & Vögeli in Kirchberg (BE). Seine Spezialgebiete sind pflanzliche Naturheilmittel, Spagyrik und Nahrungsergänzungsmittel. www.calenda.ch



In die Drogerie von Stephan Vögeli kommt häufig Kundschaft, die Hilfe bei allergischen Beschwerden sucht oder ihnen vorbeugen möchte. In vielen Fällen kann er helfen, wenn es auch manchmal etwas länger dauert. «Naturheilmittel unterdrücken keine Symptome, sie gehen die Allergie als Ganzes an. Das braucht Zeit. Manchmal können Allergiker dafür irgendwann auf die Schulmedizin verzichten.» Grundsätzlich gilt: Lassen Sie sich in Ihrer Drogerie beraten, um das passende Mittel zu finden.

Pflanzliche Heilmittel

Allergiebetroffenen rät Drogist Vögeli zu einer Darmsanierung. Ein gesunder Darm stärkt das Immunsystem und den ganzen Organismus. Daneben bietet die Drogerie viele Naturheilmittel, die vorbeugend oder im Akutfall helfen.

Das wohl bekannteste ist Schwarzkümmel. «Er ist besonders gegen Heu-

schnupfen, Hautallergien und allergisches Asthma stark. Etwa zwei Wochen, spätestens einen Monat, bevor die Pollensaison losgeht, sollte die Einnahme von Schwarzkümmelölkapseln starten.»

Ein weiteres bewährtes Mittel sind Kapernkapseln. Vögeli bietet sie in seiner Hausspezialität mit Mangan und Olivenblättern an. «Sie helfen gegen alle möglichen Symptome wie gerötete Augen, Verdauungsbeschwerden, allergischen Hautausschlag oder laufende Nase.» Er rät, während zwei bis sieben Tagen täglich sechs Kapseln zu schlucken, danach eine bis drei pro Tag, um die Allergie unter Kontrolle zu halten.

Weitere Naturheilmittel

Eine Immuntherapie nach Dr. Spengler kann laut Vögeli prophylaktisch helfen. Dabei handelt es sich um abgeschwächte und homöopathisch stark verdünnte Krankheitserreger, die das Immunsystem im Akutfall unterstützen oder bei regelmässiger Anwendung sanft stimulieren und trainieren.

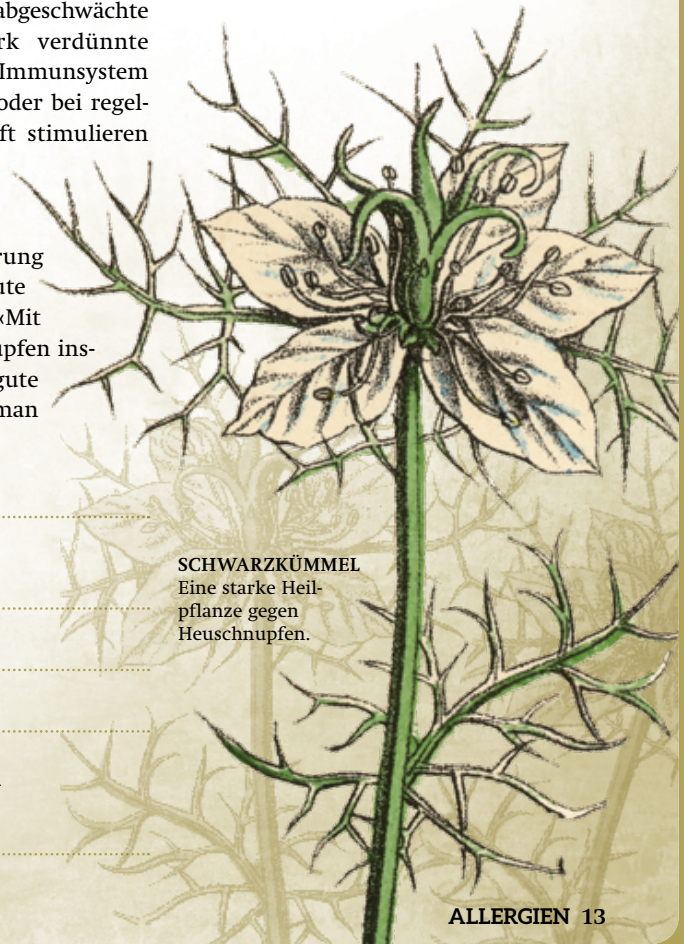
Desensibilisieren

Auch mit Desensibilisierung hat Stephan Vögeli oft gute Erfahrungen gemacht. «Mit Blütenpollen bei Heuschnupfen insbesondere. Das kann sehr gute Resultate zeigen – sofern man

die Pollen verträgt. Manche bekommen davon Durchfall.» Auch hier gilt: Lassen Sie sich in der Drogerie beraten.

Die Psyche

Neben der körperlichen spielt bei Allergien oft auch die psychische Verfassung eine wichtige Rolle. Im Beratungsgespräch kann das Thema aber heikel sein, wie Drogist Vögeli sagt: «Oft ist den Betroffenen gar nicht bewusst, dass ihre Psyche die Krankheit mitbestimmt. Viele, insbesondere Männer, wollen davon auch gar nichts hören.» Dabei kann gerade hier der Drogist sehr gut helfen. «Im psychischen Bereich können wir vieles ausgleichen, ich setze vor allem auf spagyrische Sprays, denen ich neben den Inhaltsstoffen gegen die eigentliche Allergie stresslösende Komponenten beimische.»



SCHWARZKÜMMEL
Eine starke Heilpflanze gegen Heuschnupfen.

Symptome natürlich bekämpfen

Laufende Nase

- Homöopathisches oder spagyrisches Mittel mit *Allium cepa* (Zwiebel)
- Schüssler-Salz Nr. 8

Juckende, gerötete Augen

- *Euphrasia* (Augentrost), homöopathisch oder spagyrisch

Atembeschwerden/Asthma

- *Lobelia* oder *Ambrosia*, homöopathisch

Hautausschlag/Juckreiz

- *Cardiospermum* (Ballonrebe), äusserlich als Salbe, innerlich als Globuli
- Schwarzkümmelöl, innerlich
- Menthol (gegen Juckreiz), als Emulsion oder Puder