Salvia Heilpflanzenschule

# Für die innere Flamme

## Heilpflanzen für den Stoffwechsel

*3. Auflage (2020)*

Daniel Lorenz (HP)

# INHALT


Die Aloe vera ..... 3

Das Aloe vera Konzentrat ..... 4

Der Anis ..... 5

Das Ätherische Anisöl ..... 6

Der Blasent ang ..... 7

Das Alkoholextrakt der Alge ..... 8

Der Wolfstrapp ..... 9

Die Herbstzeitlose ..... 10

Der Ingwer ..... 11

Das Ätherische Ingweröl ..... 12

der kalmus ..... 13

Der Maulbeerbaum ..... 14

Die Myrrhe ..... 15

Das Ätherische Myrrheöl ..... 16

Der Giersch ..... 17

Der Wunderbaum ..... 18

Das Rizinusöl (Kastoröl) ..... 19

Das Schöllkraut ..... 20

Die Stieleiche (Sommereiche) ..... 21

Die Wegwarte (Zichorie) ..... 22

Der Zimtbaum ..... 23

Das Ätherische Zimtöl ..... 24

Schilddrüsenerkrankungen ..... 25

Hyperthyreose (Überfunktion) ..... 25

Hypothyreose (Unterfunktion) ..... 26

Struma (Kropferkrankungen) ..... 27

Weitere Behandlungsmöglichkeiten ..... 27

Adipositas ..... 28

Fettstoffwechselstörungen ..... 29
Hypercholesterinämie (zu hoher Cholesterin) ..... 29
Hypertriglyceridämie (zu hohe Triglyceride) ..... 31
Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) ..... 32
Diabetischer Fuß ..... 33
Gicht ..... 35
Schmerzlinderung bei Gicht ..... 37
Leberstoffwechselstörungen ..... 38
Intoleranzen ..... 39
Mangelzustände ..... 41

Bildquellennachweise: Wikipedia, alle übrigen Grafiken und Bilder: Daniel Lorenz

## DIE ALOE VERA

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name**: | Aloe vera |
| **Lat. Genitiv:** | Aloes |
| **Familie:** | Grasbaumgewächse |
| **Häufigste Droge:** | Aloes extractum aquosum siccum (Aloe-Trockenextrakt) |
| **Inhaltsstoffe:** | Polysacchariden, Vitamine, Aminosäuren, Amylase, alkalische Phosphatase, Lipase, Salicylsäure, Glycoproteine und Aloenine |
| **Haupt-anwendung:** | bei Verstopfung |

**Verwendung:**

- bei Verstopfung
- zur Entschlackung
- Anregung des Stoffwechsels
- bei Diabetes und Fettstoffwechselstörungen
- bei Verbrennungen und zur Hautpflege

**Zu beachten**

- nur maximal 2 Wochen anwenden
- kann zu Kalium- und anderem Elektrolytverlust führen bei längerem Gebrauch
- kann die Wirkung von Herzglykosiden, Antiarrhythmika und Diuretika verstärken
- Nicht innerlich anwenden in der Schwangerschaft, bei Darmverschluss, entzündliche Darmerkrankungen, und Kindern unter 12 Jahren!

**Wirkung:**

- abführend
- ausleitend und entschlackend

## DAS ALOE VERA KONZENTRAT

**Firma:** versch. Anbieter
**Inhalt:** 10 ml – 1000 ml
**PZN:** - - -
**Preis:** ab ca. 2 €
**Dosis:** 2 – 20 % einer Creme

**Einsatz:**

- bei Verbrennungen
- in Hautcremes

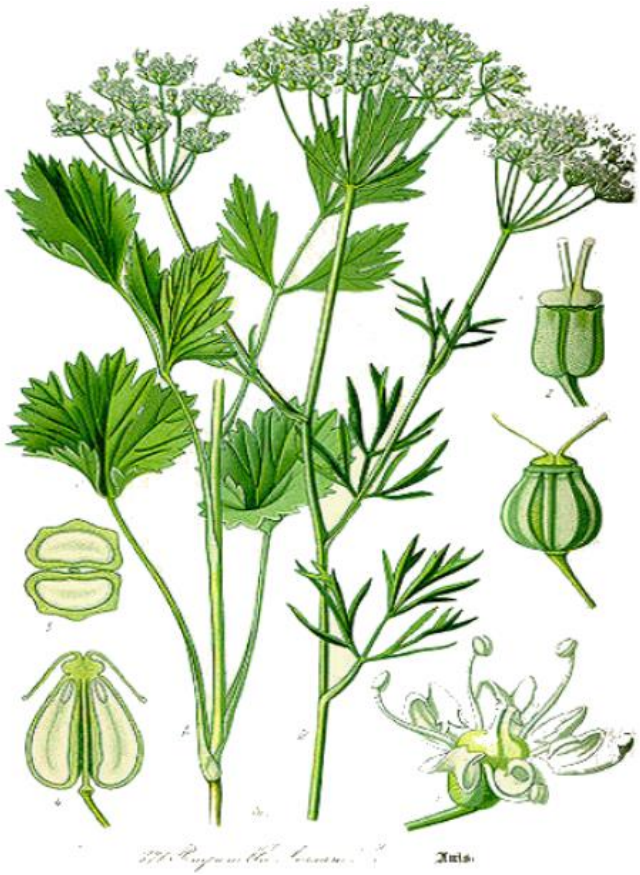
**Zu beachten:**

- nur äußerlich anwenden

**Wirkung:**

- pflegend
- feuchtigkeitsspendend
- glättend
- kühlend

## DER ANIS



### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Pimpinella anisum |
| **Lat. Genitiv:** | Anisi |
| **Familie:** | Doldenblütler |
| **Häufigste Droge:** | Anisi fructus (Anissfrüchte) |
| **Inhaltsstoffe:** | Ätherisches Öl |
| **Haupt-anwendung:** | bei Magen-Darm-Beschwerden |

**Verwendung:**

- Magen-Darm-Beschwerden
- Blähungen
- Erkältung und Katarrh
- zur Förderung der Laktation im Stilltee
- als Geschmackskorrigens
- Anregung der Verdauung
- zur Aromatisierung in Speisen und Getränken

**Wirkung:**

- expektorierend
- blähungstreibend
- schwach krampflösend
- antibakteriell

 © Daniel Lorenz (HP) 2020

## DAS ÄTHERISCHE ANISÖL

| | |
|---|---|
| **FARBE** | transparent |
| **DUFT** | süß, warm, weich |
| **DUFTBEREICH** | Kopfnote |
| **GEWINNUNG** | Wasserdampfdestillation der Samen |
| **ERGIEBIGKEIT** | 100 – 150 kg ergeben ca. einen Liter Öl |
| **PREIS** | 1 € pro ml |
| **KONZENTRATION** | max. 1 Tropfen auf 10 ml fettes Öl |

**Psychisch**

- innerlich entspannend
- gegen Albträume

### Körperlich

- asthmatische Erkrankungen
- Erkältung, Husten und Bronchitis
- Darmbeschwerden, Krämpfe, Koliken
- Blähungen
- zur Anregung des Stoffwechsels
- zur Anregung der Entwässerung bei Ödemen und Lymphstau

### Achtung!

- **Nicht anwenden bei Kindern oder in der Schwangerschaft!**
- **Nicht dauerhaft anwenden – auch nicht in der Duftlampe!**
- **Bei vielen Anbietern nur noch in 24%iger Konzentration erhältlich**

## DER BLASENT ANG

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name**: | Fucus vesiculosus |
| **Lat. Genitiv:** | Fuci vesiculosi |
| **Familie:** | Braunalgen |
| **Häufigste Droge:** | Fucus (Tang, ganz) |
| **Inhaltsstoffe:** | Iod, Schleimstoffe, Polyphenole |
| **Haupt-anwendung:** | Schilddrüse (Unterfkt.)<br>Gewichtsreduktion |

**Verwendung:**

- zur Zufuhr von Iod
- zur Behandlung von Schilddrüsenerkrankungen
- zur Beeinflussung des Stoffwechsels
- zur Unterstützung bei Gewichtsreduktion

**Zu beachten:**

- Überdosierungen können Funktionsstörungen der Schilddrüse auslösen

**Wirkung:**

- stoffwechselanregend

 © Daniel Lorenz (HP) 2020

## DAS ALKOHOLEXTRAKT DER ALGE

| | |
|---|---|
| **FARBE** | dunkelgrau mit Grünstich |
| **DUFT** | würzig, nach Meer |
| **DUFTBEREICH** | Herznote |
| **GEWINNUNG** | Alkoholextraktion der ganzen Alge<br>oder als Co-Destillat mit einer anderen Pflanze |
| **ERGIEBIGKEIT** | - keine Informationen bekannt - |
| **PREIS** | ca. 6 € pro ml |
| **KONZENTRATION** | max. 1 Tropfen auf 10 ml fettes Öl |

### Psychisch

- gegen Stress und Nervosität
- bei innerer Unruhe
- inspirierend
- regt die Kreativität an

### Körperlich

- hautpflegend
- regt den Hauttonus an
- stimuliert und erfrischt die Haut
- bei nervösen Magen- Darmbeschwerden
- für Dusch- und Badezusätze
- gut als Wellness-Duft

## DER WOLFSTRAPP

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Lycopus |
| **Lat. Genitiv:** | Lycopi |
| **Familie:** | Lippenblütler |
| **Häufigste Droge:** | Lycopoi herba (Wolfstrappkraut) |
| **Inhaltsstoffe:** | Ätherisches Öl, Cumarine, Gerbstoffe, Triterpene (Ursolsäure) |
| **Haupt-anwendung:** | Schilddrüse (Überfkt.) |

**Verwendung:**

- Erkrankungen der Schilddrüse
- Schilddrüsenüberfunktion
- Morbus Basedow
- Brustschwellung (Mastodynie)

**Zu beachten:**

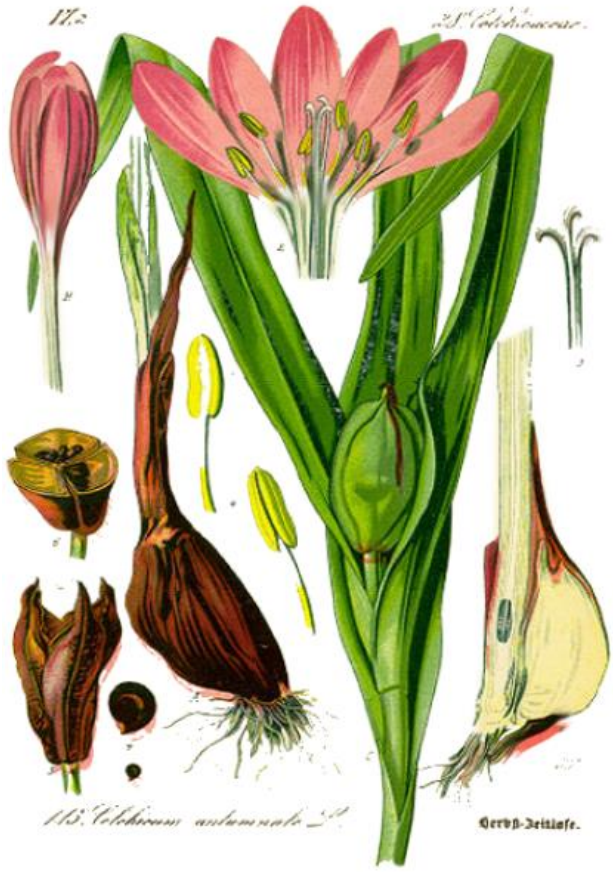
Nach Absetzen bei hoch dosierter Einnahme Rebound-Phänomen möglich: evtl. vorübergehend überschießende Reaktion der Symptomatik

**Wirkung:**

direkte Anti-Thyroxin-Wirkung
(Studie Dr. G. Madaus 1942)

 © Daniel Lorenz (HP) 2020

## DIE HERBSTZEITLOSE



### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Colchicum autumnale |
| **Lat. Genitiv:** | Colchici |
| **Familie:** | Lilienartige |
| **Häufigste Droge:** | Colchici semen (Herbstzeitlosensamen) |
| **Inhaltsstoffe:** | Colchicin |
| **Haupt-anwendung:** | bei Gicht |

**Verwendung:**

- bei Gicht (das Mittel der Wahl)

Giftpflanze!

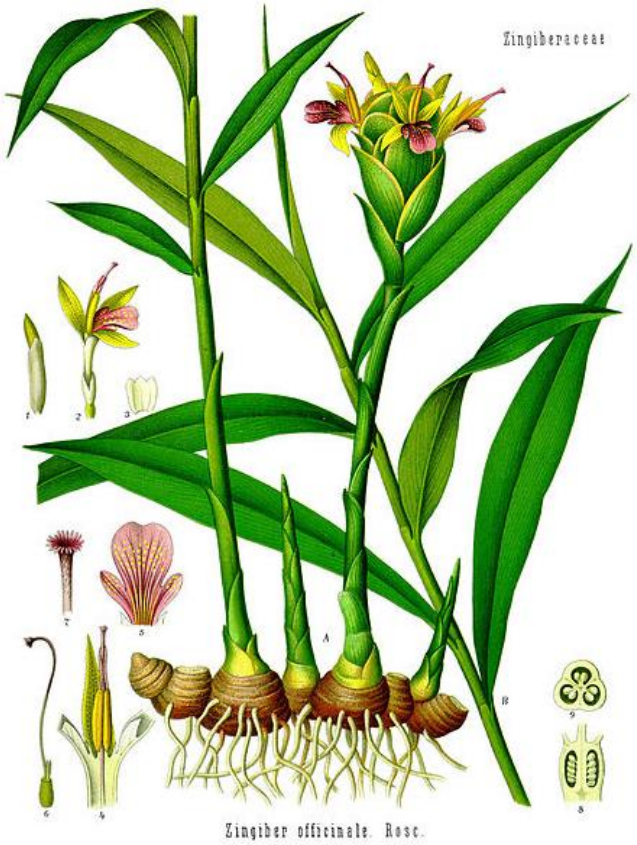
**Zu beachten:**

- GIFTPFLANZE! (in falscher Dosierung tödlich)
- Verschreibungspflichtig
- nur noch als Homöopathikum frei verkäuflich

**Wirkung:**

- entzündungshemmend
- schmerzlindernd

## DER INGWER




### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Zingiber officinale |
| **Lat. Genitiv:** | Zingiberis |
| **Familie:** | Ingwergewächse |
| **Häufigste Droge:** | Zingiberis rhizoma (Ingwerwurzelstock) |
| **Inhaltsstoffe:** | ätherisches Öl, Scharfstoffe, Fette und Säuren |
| **Haupt-anwendung:** | bei Verdauungsbeschwerden |

**Verwendung:**

- Vorbeugung und Behandlung der Reisekrankheit
- Übelkeit und Erbrechen
- Schwangerschaftserbrechen
- Verdauungsbeschwerden
- Appetitlosigkeit
- als Gewürz
- zur Vorbeugung von Erkältungskrankheiten

**Wirkung:**

- antiemetisch
- antimikrobiell
- spasmolytisch und blähungstreibend
- schmerzlindernd
- entzündungshemmend

 © Daniel Lorenz (HP) 2020

## DAS ÄTHERISCHE INGWERÖL

| | |
|---|---|
| **FARBE** | schwach orange |
| **DUFT** | würzig, kräftig, holzig |
| **DUFTBEREICH** | Kopf- bis Herznote |
| **GEWINNUNG** | Wasserdampfdestillation des Rhizoms |
| **ERGIEBIGKEIT** | ca. 25 kg ergeben einen Liter Öl |
| **PREIS** | ca. 2 € pro ml |
| **KONZENTRATION** | max. 2 Tropfen auf 10 ml fettes Öl |

### Psychisch

- erdend
- bei seelischen Blockaden
- fördert die Entscheidungsbereitschaft

### Körperlich

- Appetitlosigkeit
- Übelkeit und Erbrechen
- zur Anregung der Verdauung
- bei rheumatischen Erkrankungen
- in wärmenden Massageölmischungen
- Kopfschmerzen
- Muskelverspannungen
- bei Erkältungskrankheiten
- bei Reisekrankheit

## DER KALMUS

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Acorus calamus |
| **Lat. Genitiv:** | Calami |
| **Familie:** | Kalmusartige |
| **Häufigste Droge:** | Calami rhizoma (Kalmuswurzelstock) |
| **Inhaltsstoffe:** | ätherische Öle, Gerbstoffe, Bitterstoffe |
| **Haupt-anwendung:** | bei Verdauungsbeschwerden |

**Verwendung:**

- Appetitlosigkeit
- Verdauungsbeschwerden

**Zu beachten:**

Ein Bestandteil des ätherischen Öls steht im Verdacht, krebserregend zu sein.
Es können allergische Reaktionen auftreten. Nicht anwenden während der Schwangerschaft oder bei Säuglingen.

**Wirkung:**

- schmerzlindernd
- beruhigend
- krampflösend
- Anregung der Magensaftsekretion (Bitterstoffe)

## DER MAULBEERBAUM

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Morus veris |
| **Lat. Genitiv:** | Mori |
| **Familie:** | Maulbeergewächse |
| **Häufigste Droge:** | Mori folium (Maulbeerbaumblätter) |
| **Inhaltsstoffe:** | Glucose, Albumine, Pektine, Gummistoffe und Mineralstoffe |
| **Haupt-anwendung:** | bei Diabetes mellitus |

**Verwendung:**

- bei Verstopfung
- bei Diabetes mellitus
- bei Halsschmerzen und Angina
- bei Fieber

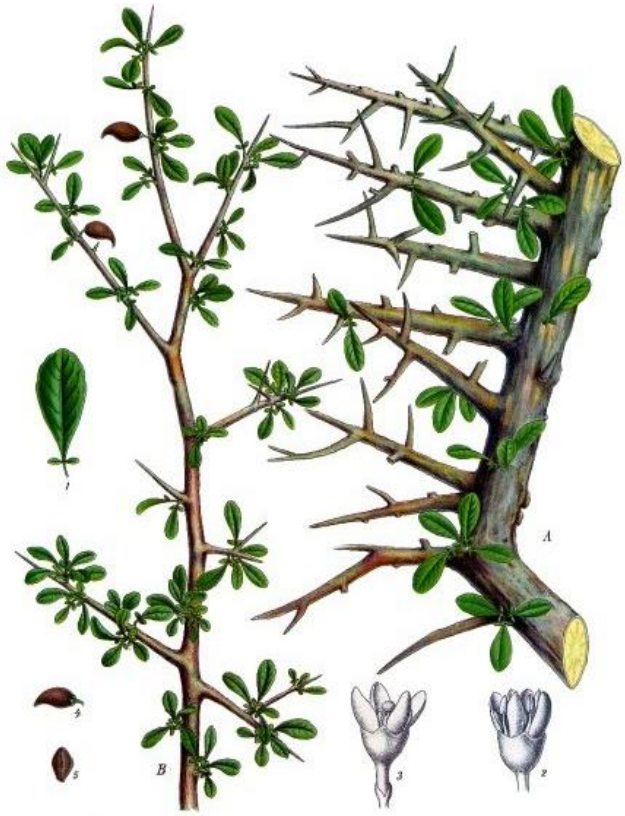
**Info:**

- die brombeerähnlichen Früchte können gegessen werden

**Wirkung:**

- abführend
- adstringierend
- antidiabetisch

## DIE MYRRHE



### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name**: | Commiphora myrrha |
| **Lat. Genitiv:** | Myrrhae |
| **Familie:** | Balsambaumgewächse |
| **Häufigste Droge:** | Myrrhae tinctura (Myrrhentinktur) |
| **Inhaltsstoffe:** | Ätherisches Öl, Harze, Terpenoide, Di- und Triterpensäuren, Gummi |
| **Haupt-anwendung:** | Entzündungen |

**Zu beachten:**

- bei Entzündungen (spez. im Mund- und Rachenraum)
- als Schmerzmittel (z.B. bei Gelenkschmerzen)
- bei Infektionen
- zur Wundversorgung
- bei Asthma
- bei entzündlichen Darmerkrankungen

**Wirkung:**

- adstringierend
- desinfizierend
- desodorierend
- schmerzlindernd

## DAS ÄTHERISCHE MYRRHEÖL

| | |
|---|---|
| **FARBE** | bräunlich |
| **DUFT** | frisch, harzig, würzig |
| **DUFTBEREICH** | Basisnote |
| **GEWINNUNG** | Wasserdampfdestillation oder Alkoholextrakt. des Harzes |
| **ERGIEBIGKEIT** | ca. 10 - 20 kg ergeben einen Liter Öl |
| **PREIS** | ca. 2 € pro ml |
| **KONZENTRATION** | max. 2 Tropfen auf 10 ml fettes Öl |

### Psychisch

- erdend
- beruhigend
- hilft bei Erregbarkeit

### Körperlich

- zur Hautpflege und –glättung
- bei alternder Haut zur Pflege
- bei Entzündungen (wirkt antiseptisch)
- bei schlecht heilenden Wunden
- verdauungsfördernd
- harntreibend
- bei Husten und Lungenerkrankungen

## DER GIERSCH

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Aegopodium podagraria |
| **Lat. Genitiv:** | Aegopodii |
| **Familie:** | Doldenblütler |
| **Häufigste Droge:** | Aegopodii herba (Giersch kraut) |
| **Inhaltsstoffe:** | Ätherisches Öl, Flavon öl-glykoside, Hyperopie, Isoquercitrin, Phenylcarbon-säuren, Kaffeesäure, Coumarine |
| **Haupt-anwendung:** | Ausleitung, Gicht |

**Verwendung:**

- Unterstützung der Entgiftungsunktion des Körpers
- Gicht
- Rheuma
- Arthritis
- Ausleitung & Entschlackung
- Blutreinigung
- Spinatersatz
- Zutat in Wildkräutersalat oder
- Kräuterbutter, Gewürz, usw.

**Wirkung:**

- antidepressiv
- angstlösend
- antidiabetisch

 © Daniel Lorenz (HP) 2020

## DER WUNDERBAUM

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Ricinus communis |
| **Lat. Genitiv:** | Ricini |
| **Familie:** | Wolfsmilchgewächse |
| **Häufigste Droge:** | Ricini oleum (Rizinusöl) |
| **Inhaltsstoffe:** | Öl: Ricinolsäure, in den Samenschalen: Ricin |
| **Haupt-anwendung:** | Stoffwechselanregung |

**Zu beachten:**

- man verwendet ausschließlich das Öl
  **Das in den Samenschalen enthaltene Toxin Ricin ist tödlich giftig. Es gibt kein Gegengift!**

Giftpflanze!

**Wirkung:**

- abführend
- stoffwechselanregend
- immunmodulierend

## DAS RIZINUSÖL (KASTORÖL)

| | |
|---|---|
| **FARBE & KONSIST.** | farblos bis sehr hell gelb, dickflüssig |
| **DUFT** | schwach, charakteristisch |
| **BESTANDTEILE** | Rizinolsäure 77 % – 83 %, Palmitinsäure 0 % – 1,6 %, Stearinsäure 1,5 % – 3 %, Vaccensäure, Arachinsäure, Eicosensäure unter 1 % |
| **GEWINNUNG** | Kaltpressung der Samen, anschließend: Filterung |
| **ERGIEBIGKEIT** | ca. 2 kg ergeben ca. einen Liter Öl |
| **PREIS** | ca. 1 - 2 Cent pro ml |
| **KONZENTRATION** | pur einsetzbar (innerlich und äußerlich) |

### Verwendung

- als Abführmittel, in der Kosmetik (z.B. Emulgatoren)
- als Massageöl
- in der Pharmazie
- in der Chemieindustrie (z.B. für Lacke und Farben, Schmierstoffe, Biodiesel, usw.)

## DAS SCHÖLLKRAUT

### Steckbrief

**Wiss. Name:** Chelidonium majus

**Lat. Genitiv:** Chelidonii

**Familie:** Mohngewächse

**Häufigste Droge:** Chelidonii herba (Schöllkraut)

**Inhaltsstoffe:** Alkaloide:
Benzylisochinolinderivate:
Berberin, Coptisin, Chelidonin

**Haupt-anwendung:** bei Magen- Darmbeschwerden

**Verwendung:**

- bei Magen- Darmbeschwerden
- zur Anregung des Gallenflusses
- bei Warzen

**Zu beachten:**

- Steht im Verdacht, lebertoxisch zu wirken.

**Wirkung:**

- gallentreibend
- krampflösend
- schmerzlindernd
- beruhigend
- antimikrobiell

 © Daniel Lorenz (HP) 2020

## DIE STIELEICHE (SOMMEREICHE)

Stiel-Eiche, Quercus pedunculata.

### Steckbrief

**Wiss. Name:** Quercus robur
**Lat. Genitiv:** Querci
**Familie:** Buchengewächse

**Häufigste Droge:** Quercus cortex (Eichenrinde)
Quercus semen (Eicheln)

**Inhaltsstoffe:** adstringierend, juckreizlindernd, antiseptisch

**Haupt-anwendung:** bei Hauterkrankungen

**Verwendung:**

- entzündliche Hauterkrankungen
- Hämorrhoiden
- Intertrigo, Juckreiz, Schwitzen
- Entzündungen im Mund- und Rachenraum
- bei Durchfallerkrankungen
- blutzuckersenkend: Diabetes mellitus

**Zu beachten:**

- Nicht am Auge oder bei großflächigen Hautschäden anwenden

**Wirkung:**

- adstringierend
- juckreizlindernd
- antiseptisch

## DIE WEGWARTE (ZICHORIE)

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Cichcorium intypus |
| **Lat. Genitiv:** | Querci |
| **Familie:** | Korbblütler |
| **Häufigste Droge:** | Cichorii herba (Wegwartenkraut)<br>Cichorii radix (Wegwartenwurzel) |
| **Inhaltsstoffe:** | Inulin, Bitterstoffe, Aesculetin, Aesculin, Cichoriin, Umbelliferon, Scopoletin, Glykoside |
| **Haupt-anwendung:** | Stoffwechselstörungen |

**Verwendung:**

- Appetitlosigkeit
- Stoffwechselstörungen
- Blähungen und Völlegefühl
- hitzige Erkrankungen, Fieber, Hautausschläge
- Gelbsucht
- früher: Wurzel als Kaffeeersatz

**Wirkung:**

- Choleretisch
- appetitanregend
- stoffwechselanregend

## DER ZIMTBAUM

### Steckbrief

| | |
|---|---|
| **Wiss. Name:** | Cichcorium intypus |
| **Lat. Genitiv:** | Querci |
| **Familie:** | Lorbeergewächse |
| **Häufigste Droge:** | Cinnamomi cortex (Zylonzimtrinde)<br>Cinnamomi cassiae cortex (Cassiazimtrinde) |
| **Inhaltsstoffe:** | beide: ätherische Öle, Zimtaldehyd, Eugenol, Phenolcarbonsäuren, Terpenoide und Gerbstoffe<br>Cumarine (v.a. Cassia-Zimt) |
| **Haupt-anwendung:** | Stoffwechselstörungen |

**Verwendung:**

- Appetitlosigkeit
- Dyspeptische Beschwerden, Blähungen
- Geschmackskorrigens
- als Gewürz für Backwaren z.B. im Lebkuchen und Zimtsternen
- bei Diabetes
- bei Fettstoffwechselstörungen (senkt LDL und Triglyceride)

**Zu beachten:**

Nicht in der Schwangerschaft anwenden!

**Wirkung:**

- antibakteriell
- fungistatisch
- motilitätsfördernd
- lipidsenkend
- blutzuckersenkend

## DAS ÄTHERISCHE ZIMTÖL

| | |
|---|---|
| **FARBE** | bräunlich, intensiv orange |
| **DUFT** | süß, herb, würzig |
| **DUFTBEREICH** | Herznote |
| **GEWINNUNG** | Wasserdampfdestillation oder Alkoholextrakt des Harzes |
| **ERGIEBIGKEIT** | ca. 10 - 20 kg ergeben einen Liter Öl |
| **PREIS** | ca. 3 € pro ml |
| **KONZENTRATION** | max. ½ Tropfen auf 10 ml fettes Öl |

### Psychisch

- gegen Verlustängste
- gegen Neidgefühl
- vermittelt Geborgenheit
- entspannend
- traumanregend
- löst seelische Anspannung

### Körperlich

- bei grippalen Infekten und Grippe
- zur Anregung des Kreislaufs
- zur Anregung des Stoffwechsels
- zur Entwässerung
- bei Darmentzündungen
- bei Blutergüssen
- bei Diabetes mellitus
- bei Atembeschwerden
- bei kalten oder geschwollenen Füßen

### Achtung!

- Nicht anwenden in der Schwangerschaft!
- Wirkt hautreizend!
- Nicht als Badezusatz verwenden!
- Nicht innerlich anwenden!

## SCHILDDRÜSENERKRANKUNGEN

### HYPERTHYREOSE (ÜBERFUNKTION)

**Behandlung:**

⇨ Einschränkung der Jod-Zufuhr

⇨ **Aromatherapeutisch (beruhigend)**

- 8 Tr. Bergamotteöl
- 1 Tr. Engelswurzöl
- 2 Tr. Majoranöl
- 2 Tr. Melissenöl
- 2 Tr. Rosenöl

In 50 ml Basisöl mischen und regelmäßig, sanft damit den Hals einreiben.

⇨ **Phytotherapeutisch:**

**Hyperthyreose-Tee**

Rp.

| | | |
|---|---|---|
| Lycopi herba | (Wolfstrapp) | 60.0 |
| Leonuri cardiacae herba | (Herzgespann) | 20.0 |
| Melissae herba | (Melisse) | 10.0 |
| Avenae stramentum | (Hafer) | 10.0 |

D.S.: 1 TL der Mischung auf 150 ml Wasser als Aufguss. 10 Minuten ziehen lassen.
2 x täglich trinken.

**Zusätzlich:**

- ⇨ Kohlwickel und kühlende Auflagen
- ⇨ Kühlende Heilerdeauflagen
- ⇨ Entspannungsübungen (z.B. Autogenes Training, Yoga, Tai Chi, Qi Gong, usw.)
- ⇨ Direkte Sonneneinstrahlung meiden
- ⇨ Meerwasseranwendungen meiden
- ⇨ Akupunkturbehandlung
- ⇨ Koffein kann die Symptome verstärken → evtl. darauf verzichten

## HYPOTHYREOSE (UNTERFUNKTION)

⇨ **Aromatherapeutisch (beruhigend)**

**Anregende Mischung**

- 6 Tr. Rosmarinöl Ct. Campher
- 5 Tr. Benzoeöl
- 5 Tr. Ingweröl
- 8 Tr. Grapefruitöl
- 2 Tr. Schwarzer Pfeffer

Die ätherischen in 50 ml Basisöl mischen und mehrmals täglich damit sanft den Hals einreiben.

⇨ **Phytotherapeutisch:**

**Hypothyreose-Tee**

Rp.

- Fucus vesiculos (Blasentang) 50.0
- Anisi fructus (Anis) 25.0
- Liquirtiae radix (Süßholz) 25.0

D.S.: 1 TL der Mischung auf 150 ml Wasser als Aufguss. 10 Minuten ziehen lassen. 2 x täglich trinken.

**Zusätzlich:**

- ⇨ Trockenbürsten, Wechselduschen, Ausdauersportarten
- ⇨ Licht- und Luftbäder
- ⇨ Kuraufenthalt in jodhaltigen Solebädern
- ⇨ Warme Halswickel
- ⇨ regelmäßige Urlaube am Meer bzw. Meerwasseranwendungen
- ⇨ Akupunkturbehandlung

## STRUMA (KROPFERKRANKUNGEN)

⇨ **Phytotherapeutisch:**

- gestoßenen Koriander-Samen mit Bohnenmehl auf den Hals legen.
- abgebrühte weiße Taubnessel auflegen
- Heilerde mit Zinnkraut-Tee als Brei angerührt auf den Hals binden.
- 2 EL Huflattich in ½ l Milch 10 Min. langsam kochen und schluckweise trinken.
- täglich zwei Tassen Frauenmanteltee trinken.

Jährlich als dreiwöchige Kur durchführen

## WEITERE BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

**Vorab:** Grundumsatzbestimmung nach der Read-Methode

**Bei Überfunktion:** Thyri Badiaga

**Firma:**Combustin
**Inhalt:**50 ml
**PZN:** 2498547
**Preis:** ca. 15 €
**Dosis:** 3 x tägl. 5 Tr.

(Wolfstrapptinktur zusammen mit 3 homöopathischen Mitteln)

**Bei Überfunktion:** Thyri Badiaga

**Firma:**Combustin
**Inhalt:**50 ml
**PZN:** 2498599
**Preis:** ca. 19 €
**Dosis:** 3 x tägl. 5 Tr.

(homöopathisches Komplexmittel u.a. mit: Fucus und Iodum)

## ADIPOSITAS

⇨ **Aromatherapeutisch:**

**Anregung des Lymphflusses**

- 3 Tr. Immortelle
- 5 Tr. Zeder
- 3 Tr. Wacholder
- 3 Tr. Cistrose
- 2 Tr. Schwarzer Pfeffer

Die ätherischen in 50 ml Sesamöl mischen und mehrmals wöchentlich eine Ganzkörper-Aromamassage damit machen.

⇨ **Phytotherapeutische Kur:**

⇨ Tee – Entschlackung über den Darm (s. Thema Ausleitung & Entschlackung)
⇨ Tee – Entschlackung über den Niere (s. Thema Ausleitung & Entschlackung)

⇨ **Phytotherapeutisch:**

**Adipositas-Tee**
(Anregung des Stoffwechsels)

Rp.

- Mate folium 50.0
- Cichorii radix 15.0
- Anisi fructus 15.0
- Taraxaci radix cum herba 10.0
- Sambuci fructus 10.0

D.S.: 1 TL der Mischung auf 150 ml Wasser als Aufguss. 10 Minuten ziehen lassen. 3 x täglich trinken.

⇨ **Aromatherapeutisch:**

**Aroma-Amulett (aus Lava)**
(zur Hungerdämpfung auf psychischer Ebene

- 10 ml Anima-Base (alternativ: Ethanol)
- 6 Tropfen ätherisches Fenchelöl
- 1 Tropfen Galbanumöl

**Zusätzlich:**

- ⇨ Funktion der Schilddrüse checken
- ⇨ für eine ausreichende Trinkmenge sorgen
- ⇨ Vitamin- und Mineralstoffstatus ermitteln
- ⇨ ggf. fehlende Vitamin- und Mineralstoffe zuführen
- ⇨ evtl. Leberwickel
- ⇨ Trockenbürsten und Schröpfkopfmassagen
- ⇨ mit viel Chili und anderem Pfeffer den Stoffwechsel zusätzlich anregen

## FETTSTOFFWECHSELSTÖRUNGEN

### HYPERCHOLESTERINÄMIE (ZU HOHER CHOLESTERIN)

**Behandlung:**

**grundsätzlich:**

- ⇨ Entgiftungs- und Entschlackungstherapie - insbesondere der Leber
- ⇨ Fleischverzehr einschränken (mehr Seefisch 2- 3 x die Woche)
- ⇨ keine gehärteten Fette aufnehmen (keine Margarine, Fondor, Palmin, usw.)
- ⇨ pflanzliche Öle bevorzugen (insbesondere Olivenöl und Leinöl – kein Rapsöl!)
- ⇨ mehr körperliche Betätigung bzw. Sport
- ⇨ täglich 6 – 8 Äpfel über den Tag verteilt essen (mit der Schale)

alternativ:

**Firma:** DRONANIA GmbH
**Inhalt:** 80 g Pulver
**PZN:** 0045132
**Preis:** ca. 8 €
**Dosis:** 3-mal täglich 1 TL in etwas Flüssigkeit

**Zusätzlich:**

⇨ mikrofein zermahlene Heilerde

**Firma:** Heilerde-Gesellschaft LUVOS JUST GmbH & Co. KG
**Inhalt:** 100 St. Tabletten
**PZN:** 7796858
**Preis:** ca. 15 €
**Dosis:** 3-mal täglich 1 Kapsel (dauerhaft)

**Firma:** Dr. Loges + Co. GmbH
**Inhalt:** 30 St. Tabletten
**PZN:** 4667600
**Preis:** ca. 17 €
**Dosis:** 2-mal täglich 1 Kapsel

## HYPERTRIGLYCERIDÄMIE (ZU HOHE TRIGLYCERIDE)

**Behandlung:**

**grundsätzlich:**

- ⇨ Entgiftungs- und Entschlackungstherapie - insbesondere der Leber
- ⇨ Kohlenhydratverzehr einschränken
- ⇨ keinen Alkohol und keine Süßigkeiten essen
- ⇨ pflanzliche Öle bevorzugen (insbesondere Olivenöl und Leinöl – kein Rapsöl!)
- ⇨ mehr körperliche Betätigung bzw. Sport
- ⇨ Vitamin B-Komplex zuführen
  z.B:

**Firma:** Deutsche Chefaro Pharma GmbH
**Inhalt:** 50 St. Tabletten
**PZN:** 0636287
**Preis:** ca. 5 €
**Dosis:** 1-mal täglich 1 Kapsel

## DIABETES MELLITUS (ZUCKERKRANKHEIT)

**Behandlung:**

**grundsätzlich:**

Diabetes mellitus Typ I kann nur unterstützend behandelt werden

- ⇨ evtl. bestehendes Übergewicht abbauen
- ⇨ regelmäßige Bewegung / Sport
- ⇨ Logi-Ernährung (kohlenhydrat**arme** Ernährungsweise)

⇨ **Ernährungstherpeutisch:**
zur morgendlichen Nahrungsergänzung:

in einem Naturjoghurt essen:

- ½ TL Zimtpulver
- ½ EL Topinamburpulver
- ½ EL Flohsamen
- ½ EL Weizenkleie
- ½ EL Leinsamenschrot

Nach Belieben mit ungesüßten Beeren verfeinern.

⇨ **Phytotherpeutisch:**

**Diabetes-Tee I**

Rp.

- Myrtilli fructus pulv. (Heidelbeere) 50.0
- Cinnamoni cortex pulv. (Zimtrinde) 25.0
- Phaseoli semen pulv. (Gartenbohnen) 25.0

D.S.: 2 TL der Mischung min 250 ml kochendem Wasser aufgießen und 10 Minuten ziehen lassen.
Einmal täglich ungesüßt trinken.

**Diabetes-Tee II (stärker)**
**ACHTUNG! Nicht anwenden bei insulinpflichtigen Diabetikern!**

Rp.

- Myrtilli fructus pulv. (Heidelbeere) 40.0
- Mori folium (Maulbeerbaum) 20.0
- Phaseoli fructus sine semine (Gartenbohnen) 20.0
- Juglandis folium (Walnussbaum) 10.0
- Urticae herba (Brennnessel) 10.0

D.S.: 3 EL der Mischung min 150 ml kochendem Wasser aufgießen und 10 Minuten ziehen lassen.
2 x täglich ungesüßt trinken.

Eine Woche lang trinken – dann 3 Tage pausieren. Danach wiederholen.

⇨ **Aromatherapeutisch:**

**Mischung zur Pankreasunterstützung**

- 4 Tr. Rosmarin Ct. Verbenon
- 2 Tr. Nelke
- 1 Tr. Zimtrinde
- 8 Tr. Pfefferminze
- 4 Tr. Muskatellersalbei
- 2 Tr. Engelswurzöl

Die ätherischen in 50 ml Basisöl mischen auf die Pankreaszonen einreiben.

## DIABETISCHER FUß

**regenerierend und schützend (Vorbeugung / nach D. Wabner)**

- 6 Tr. Lavendelöl
- 4 Tr. Rosengeranienöl
- 5 Tr. Teebaumöl
- 5 Tr. Zedernholzöl

Die ätherischen in 50 ml Ringelblumenmazerat mischen und damit täglich einreiben.

**heilungsfördernd und nährend**
**(bei bereits diab. veränderter Haut /nach D. Wabner)**

- 1 ml Immortellenöl
- 1 ml Lavendelöl
- 50 ml medizinischer Honig

Die Füße damit jeden Abend einreiben.

**Info:**

MEDIHONEY® antibakterieller medizinischer Honig
PZN: 0180772 (ca. 40 € pro 50 g!!!)

## GICHT

**Behandlung:**

⇨ **Phytotherpeutisch:**

**früher** Mittel der Wahl: Herbstzeitlose
**heute:** verschreibungspflichtig (da giftig)
**alternativ / homöopathisch:**

**Firma:** A.Pflüger GmbH & Co. KG
**Inhalt:** 100 St. Tabletten
**PZN:** 5561074
**Preis:** ca. 14 €
**Dosis:** 1-3 x tägl. eine Tablette

**Notizen:**

**Harnsäure-Tee**

Rp.

- Betulae folium (Birke) 20.0
- Urticae folium (Zimtrinde) 20.0
- Herniariae herba (Bruchkraut) 20.0
- Ononidis radix (Hauhechel) 20.0
- Taraxaci herba (Löwenzahn) 20.0
- Solidaginis herba (Goldrute) 20.0

D.S.: 2 TL der Mischung min 250 ml kochendem Wasser aufgießen und 10 Minuten ziehen lassen.
An zwei aufeinanderfolgenden Tagen über den Tag verteilt 4 Liter des Teeaufgusses trinken.

**Gicht-Tee (Bukovec / Lorenz)**

Rp.

- Aegopodii folium (Giersch) 40.0
- Urticae folium (Brennnessel) 20.0
- Equiseti herba (Schachtelhalm) 20.0
- Solidaginis herba (Goldrute) 10.0
- Salicis cortex (Weidenrinde) 10.0

D.S.: 2 TL der Mischung mit 250 ml kochendem Wasser aufgießen und 10 Minuten ziehen lassen. 3 x täglich trinken.

**Zusätzlich:**

- ⇨ ausreichende Trinkmenge!
- ⇨ möglichst kein Fleisch oder –extrakt - statt dessen: fettreicher Seefisch (außer Sardinen)
- ⇨ ab und an Geflügel
- ⇨ keine Innereien und Meeresfrüchte
- ⇨ kein Alkohol (ins. Bier und Hochprozentiges)
- ⇨ kein Hefeextrakt oder -aufstrich

## SCHMERZLINDERUNG BEI GICHT

⇨ **Aromatherapeutisch:**

- 15 Tr. Pfefferminzöl
- 10 Tr. Wintergrünöl
- 10 Tr. Wacholderöl
- 5 Tr. Immortellenöl
- 5 Tr. Zedernöl
- 5 Tr. Eukalypthusöl
- 50 ml Johanniskrautöl

Die betroffenen Gelenke – wenn überhaupt erträglich – vorsichtig damit einreiben oder einreiben lassen.

ACHTUNG! Diese Mischung ist 5%ig! Sie sollte in dieser Konzentration nur während akuten Schmerzzuständen über einen begrenzten Zeitraum eingesetzt werden.

Nicht geeignet für Kinder oder Schwangere!

## LEBERSTOFFWECHSELSTÖRUNGEN

**Behandlung:**

**grundsätzlich:**

- ⇨ Entgiftungs- und Entschlackungstherapie (s. Thema Ausleitung & Entschlackung)
- ⇨ kein Alkohol!
- ⇨ ausreichend trinken
- ⇨ körperliche Bewegung
- ⇨ Konsum tierischer Fette einschränken

⇨ **Phytotherapeutisch:**

**Firma:** Rodisma-Med Pharma GmbH
**Inhalt:** 50 St. Tabletten
**PZN:** 0432521
**Preis:** ca. 18 €
**Dosis:** 2 x tägl. eine Tablette
für die Langzeittherapie geeignet

## INTOLERANZEN

FRUCTOSE, LAKTOSE, GLUTEN, SORBIT, GUAR, JOHANNISBROT, CARRAGEN USW.

**Behandlung:**

**grundsätzlich:**

- ⇨ **entsprechende Lebensmittel temporär meiden**
- ⇨ **Darmsanierung (1. Labor, 2. Verabreichung entsprechender Präparate)**

⇨ **Phytotherapeutisch:** (im Rahmen einer Entschlackungskur)

**Daniels Schwedenbitter**

| | |
|---|---|
| 4,0 g | Aloe |
| 0,1 g | Safran |
| 3,0 g | Zittwerwurzel |
| 4,0 g | Fenchelfrüchte |
| 0,2 g | Kampfer |
| 1,0 g | Myrrhe |
| 0,2 g | Sennesblätter |
| 4,0 g | Angelikawurzel |
| 3,0 g | Theriak venezian |
| 3,0 g | Rhabarberwurzel |
| 0,8 g | Enzianwurzel |
| 4,0 g | Anisfrüchte |
| 1,0 g | Tormentill |
| 1 Prise | Muskatnuss |
| 1 Prise | Salz |
| 15 g | Zucker |

Mit ½ Liter Kornbrand 6 Wochen ansetzen und jeden Tag min. einmal schütteln – danach abfiltern.
3 x tägl. ein Drittel Schnapsglas m. etw. Wasser.

**INFO: THERIAK VENEZIAN**

| | | |
|---|---|---|
| fein gepulvertes Opium | 10 | Teile (heute nicht mehr enthalten) |
| Xereswein | 60 | Teile (heute i.d.R. nicht mehr enthalten) |
| fein gepulverte Angelikawurzel | 60 | Teile |
| fein gepulverte Schlangenwurzel | 60 | Teile |
| fein gepulverter Baldrian | 20 | Teile |
| fein gepulverter Cylonzimt | 20 | Teile |
| fein gepulverte Meerzwiebel | 20 | Teile (heute nicht mehr enthalten) |
| fein gepulverte Zitwerwurzel | 20 | Teile |
| fein gepulverter Malabar-Kardamom | 10 | Teile |
| mittelfein gepulvertes Ferrosulfat | 10 | Teile (heute i.d.R. nicht mehr enthalten) |
| gereinigter Honig | 720 | Teile (heute i.d.R. nicht mehr enthalten) |

⇨ **je nach Bedarf: Anregung von Leber- und Pankreasstoffwechsel**:

für die Leber: Natu-hepa

für die Pankreas: Pascopankreat

**Firma:** PASCOE pharmazeutische Präparate GmbH
**Inhalt:** 40 St. Tabletten
**PZN:** 1590570
**Preis:** ca. 15 €
**Dosis:** gelbe Kapsel: 1 x 2 vor dem Essen (Condurangorinde + Wermut)
rote Kapsel: 1 x 2 zur Mahlzeit (Pankreasenzyme)

⇨ **Zusätzlich:**

- Luvos Heilerde (innerlich)
- Leberentschlackung (s. Thema Ausleitung & Entschlackung)

## MANGELZUSTÄNDE

Mangelzustände können vielfältige Stoffwechselstörungen auslösen und müssen durch Substitution der jeweils fehlenden Substanzen ausgeglichen werden:

- Vitaminmängel
- Mineralstoffmängel
- Elektrolytmängel
- Mängel an essentiellen Fettsäuren
- Flüssigkeitsmangel
- Ballaststoffmangel
- usw.

⇨ bewährt bei nicht genauer bekanntem Vitamin- und/oder Mineralstoffmangel:

**Firma:** Pfizer Consumer Healthcare
**Inhalt:** 60 St. Tabletten
**PZN:** 7394485
**Preis:** ca. 15 €
**Dosis:** 1 x tägl. eine Tablette