

# Gegen alles ist ein Kraut gewachsen

... Buchautoren die effektivste und gleichzeitig schonendste Entschlackungsmethode entwickelt haben. Diese Menschen glauben an die Richtigkeit der gemachten Aussagen, nachdem sie sich von der Wirksamkeit dieser Methode überzeugt haben.

Wen interessieren nicht Fragen wie: Was ist Altern? Was ist Genuß? Warum hat die Frau Cellulite? Warum hat der Mann Haarverlust? Was geschieht im Stoffwechsel der Frau während der Wechseljahre? Was ist Wesen und Ursache der modernen Zivilisationskrankheiten? Was ist Gesundheit? Was ist Krankheit? Wie er-

halte ich meinen Körper gesund und schön? Wie kann ich mich entschlacken? Welche Säuren vergiften unseren Körper? Wie kann ich Schlacken lösen und Säuren neutralisieren? Wie kann ich während der Schwangerschaft Zahnverlust, Haarverlust, Hautverlust (Schwangerschaftsstreifen), Pickel oder Hämorrhoiden vermeiden?

Alle diese und weitere Fragen waren Forschungsgegenstände der beiden Autoren über fast zwei Jahrzehnte. Sie finden in dem Buch „Gesundheit durch Entschlackung“ ihre schlüssige und logische Beantwortung.



## Wirkungen von Teekräutern

Im Wissen der Völker, der Medizinmänner, der Ärzte und Heiler sind zahlreiche Heilkräuter, ihre Wirkungen und Anwendungen verankert und werden von Generation zu Generation überliefert. Viele dieser Kräuter haben nicht nur eine sondern mehrere immer wieder beobachtete und zu erwartende Wirkungen.

Die modernen Wissenschaften versuchen seit Jahrzehnten, in jeder Pflanze die Wirkstoffe ausfindig zu machen, die für die beobachteten Wirkungen verantwortlich sein sollen. Das ist ein schier unmögliches, gleichwohl praktiziertes Unterfangen. Es führt bestenfalls dazu, ganz bestimmte Wirkstoffe zu finden, diese patentieren zu lassen, um sie dann mit großem Gewinn als synthetisch hergestellte Arzneimittel zu verkaufen.

Die Natur funktioniert jedoch anders, nämlich niemals mit Monowirkstoffen, sondern immer im Kompendium und Zusammenwirken zahlloser Wirkstoffe. Die Lindenblüten allein sollen ca. 400 verschiedene Alkaloide enthalten. Erforscht sind davon bestenfalls 20 oder 40 Stück.

Manches Mal werden dann doch einzelne Wirkstoffe dingfest gemacht, wie es vor Zeiten beim Huflattich mit dem darin enthaltenen Pyrrolizidinalkaloid der Fall war. Dieser Stoff wurde dann synthetisch hergestellt und in großen Mengen Ratten intravenös injiziert. Prompt reagierten die armen Versuchstiere mit der Bildung von

Tumoren als sinnvoll angelegte Entgiftungsfabriken. Das hinderte natürlich die sog. Wissenschaft nicht daran, dem Huflattichblatt mit dem darin enthaltenen Pyrrolizidinalkaloid karzinogene Wirkungen zu unterstellen und dieses hilfreiche Kraut für den freien Verkehr außerhalb der Apotheken zu verbieten.

Es dauerte Jahre, bis man die Torheit derartigen Tuns einsah und Huflattichsaft und Huflattichblätter bspw. in die Reformhäuser zurückkehrten. Früher waren die deutschen Medizinaldrogerien, oftmals hervorgegangen aus Apotheken des Kaiserreiches, bevorzugte Lieferanten des Privatpublikums für lose Heilkräuter.

Leider sind diese Drogerien in den letzten Jahrzehnten vom Markt verschwunden, und auch viele Reformhäuser verkaufen keine losen Heilkräuter mehr. Das tun immer noch viele Apotheken, in denen man oftmals bis zu 50 oder mehr Heilkräuter einzeln und lose in der gewünschten oder benötigten Menge erwerben kann.

Die Heilkräuter werden, was ihre Botanik betrifft, in die unterschiedlichsten Familien der Lippenblütler, der Korbblütler, der Doldenblütler, der Kreuzblütler usw. eingeteilt.

Uns interessiert jedoch eher die Zugehörigkeit der einzelnen Pflanzen zu ganz bestimmten Wirkstoffgruppen. Wir unter-

scheiden auswurfördernde, krampf lösende, wassertreibende, milchtreibende, entzündungshemmende, abführende, schweißtreibende usw. Heilkräuter und listen Ihnen nachstehend die wichtigsten Gruppen und die zu ihnen gehörenden Kräuter auf:

Krampflösende Kräuter	
Spitzwegerich	Semen plantaginis
Gänsefingerkraut	Herba anserinae
Ehrenpreis	Herba veronicae
Schlüsselflorenblüten	Flores primulae
Huflattichblätter	Folia farfarae
Johanniskraut	Herba hyperici
Fenchelfrüchte	Fructus foeniculi
Isländisch Moos	Centraria islandica
Wollblumenblüten	Flores verbasci
Thymiankraut	Herba thymi
Veilchenblüten	Flores violae tricoloris

Auswurfördernde Kräuter	
Salbeiblätter	Folia salviae
Brunnenkressekraut	Herba nasturtii
Ehrenpreis	Herba veronicae
Holunderblüten	Flores sambuci
Lungenkraut	Herba pulmonariae
Spitzwegerich	Semen plantaginis
Lindenblüten	Flores tilliae
Eibischwurzel	Radix altheae
Isländisch Moos	Centraria islandica

<b>Milchbildende Kräuter</b>	
Thymian	Herba thymi
Majoran	Herba origani vulgaris
Dillkraut	Herba anaeti
Fenchel Früchte	Fructus foeniculi
Anisfrüchte	Fructus pimpinelle anaesi
Borretsch	Herba boraginis
Kümmel Früchte	Fructus carvi
Basilikumblätter	Folia basilici
Bockshornkleesamen	Semen foenugraeci
Koriandersamen	Fructus coriandri
Melissenblätter	Folia melissae

<b>Abführende Kräuter</b>	
Hauhechelwurzeln	Radix ononidis
Bärlappkraut	Herba lycopodii
Wermutkraut	Herba artemisiae
Holunderblüten	Flores sambuci
Fenchel Früchte	Fructus foeniculi
Enzianwurzeln	Radix gentianae
Rosmarinblätter	Flores rosmarini

<b>Entzündungshemmende Kräuter:</b>	
Leinsamen, gequetscht	Semen lini
Birkenblätter	Folia betulae
Schachtelhalmkraut	Herba equiseti
Isländisch Moos	Centraria islandica
Hagebuttenfrüchte	Fructus rosae caninae
Johanniskraut	Herba hyperici
Kamillenblüten	Flores camomillae
Taubnesselblüten	Flores lamii albi
Haferstroh	Herba avenae sativae

Zu den entzündungshemmenden Kräutern zählen auch die Bärentraubenblätter und die Wacholderbeeren. Mit beiden Kräutern muss man vorsichtig und zurückhaltend umgehen. Von den Bärentraubenblättern macht man gescheiterweise nur einen Kaltauszug über Nacht und erwärmt den Auszug dann auf moderate Trinktemperatur.

Kocht man dieses Kraut und lässt es zu lange ziehen, dann lösen sich aggressive Stoffe, die sogar Bauchschmerzen hervorrufen können.

Auch mit den Wacholderbeeren geht man sehr zurückhaltend um und nimmt davon

nur ein- bis zwei Stück, die man zu den Mahlzeiten kaut. Auch das tut man gescheiterweise nur für einige Tage und nicht wochenlang!

<b>Wassertreibende Kräuter</b>	
Goldrutenkraut	Herba virgaureae
Vogelknöterich	Herba polygoni
Schachtelhalmkraut	Herba equiseti
Brennesselblätter	Herba urticae
Petersilienblätter	Folia petrosilini
Liebstockelwurzeln	Radix levistici
Birkenblätter	Folia betulae
Maishaare	Stigmata maidis
Bohnschalen	Fructus phaseoli sine semine
Queckenwurzel	Rhizoma graminis

<b>Schweißtreibende Kräuter</b>	
Holunderblüten	Flores sambuci
Klettenwurzel	Radix bardanae
Lindenblüten	Flores tilliae
Wollblumenblüten	Flores verbasci
Huflattichblätter	Folia farfarae
Pestwurzblätter	Folia petasitidis

<b>Blutstillende Kräuter</b>	
Mistelkraut	Herba visci
Hirtentäschelkraut	Herba bursae pastoris
Schachtelhalmkraut	Herba equiseti
Tormentillwurzeln	Rhizoma tormentilliae
Vogelknöterich	Herba Polygoni
Lungenkraut	Herba pulmonariae
Frauenmantel	Herba alchemillae
Brombeerblätter	Folia rubifruticosi
Ringelblumenblüten	Flores calendulae

<b>Nervenberuhigende Kräuter</b>	
Lavendelblüten	Flores lavandulae
Schafgarbenkraut	Herba millefolii
Baldrianwurzeln	Radix valerianae
Salbeiblätter	Folia salviae
Melissenblätter	Folia melissae
Johanniskraut	Herba hyperici
Thymiankraut	Herba thymi
Pfefferminzblätter	Herba menthae piperitae
Cardobenediktenkraut	Herba cnici benedicti

Zur Anregung der Gallenproduktion hat sich der Löwenzahn bewährt. Dieses Kraut findet sich über den Sommer und zwar vom Frühjahr bis zum späten Herbst auf Wiesen und Weiden, an Straßen- und Feldrändern. Man kann das ganze Kraut einschließlich der Wurzeln als rohen Salat zubereiten, wie es die Italiener mit ihrem Rucola tun. Natürlich gibt es auch Löwenzahntabletten und -saft im Reformhaus, in der Drogerie und in der Apotheke zu kaufen. Der beste Stärker für den Kreislauf und vor allen Dingen für das Herz ist der Weißdorn. Das aus ihm hergestellte freiverkäufliche Arzneimittel sind die Weißdorntropfen. Von diesen nimmt man bei Herz- und Kreislaufschwäche 3 x 20 Tropfen täglich. Das sind drei Teelöffel, jeweils einen zu den Mahlzeiten. Das Produkt wird entweder unter „Weißdorntropfen“ oder unter dem lateinischen Begriff „crataegus“ gehandelt.

Für die Wundheilung haben sich Auflagen von Kräuterbrei bewährt, die man bspw. aus Teemischungen, wie z. B. aus dem 7x7 Kräutertee von Jentschura herstellt. Diesen Brei kann man sich zubereiten wie Dampfnudeln, oder man betropft eine Handvoll dieser 49-Kräuter-Mischung so lange mit kochendem Wasser, Esslöffel für Esslöffel über die trockenen Kräuter, bis sich ein dampfender Brei bildet. Diesen gibt man auf einen dünn gewebten Baumwollwickel und legt den Brei mit einer moderaten Temperatur leicht auf.

Dieser Brei hat sich u.a. bei inoperablen Problemen im Schambereich, aber auch bei Problemen in der weiblichen Brust, mit der Schilddrüse oder anderswo bewährt. Es ist die Fülle der Kräuter und der darin enthaltenen Wirkstoffe, die Hilfe bringt. Gehen wir davon aus, dass jedes Organ und jede Zelle ihren Bedarf genau kennt und sich aus der Fülle der angebotenen Stoffe genau diejenigen herausucht und in den Körper einlässt, die gerade in der augenblicklichen Situation helfen.

Diese Situation kann jede erdenkliche Mißbefindlichkeit sein, die jeden von uns einmal ereilen kann. Deshalb haben wir Ihnen aus unserem „Schatzkästlein der Kräuter“ als erfahrene Drogisten diejenigen Pflanzen zusammengestellt, die sich bei den verschiedenen Krankheiten oder Symptomen erfolgreich bewährt haben. Schauen Sie gerne auf die nächsten Seiten, wo wir aufgeführt haben, welches „Kraut“ gegen welche Krankheit gewachsen ist.