

Cornelia Stern

Die Heilkraft der Pflanzenknospen

Leseprobe

[Die Heilkraft der Pflanzenknospen](#)

von [Cornelia Stern](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.unimedica.de/b18361>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung, vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@unimedica.de

<http://www.unimedica.de>



Himbeere (*Rubus idaeus*)

» Die rote Farbe der Beeren erinnert an Blut, die Form an die Gebärmutter. Und tatsächlich, *Rubus idaeus* ist eines der wichtigsten Heilmittel bei Frauenbeschwerden.

Knospen

Himbeerknospen sind schmal- bis spitz-eiförmig. Die Seitenknospen können am Zweig anliegen oder abstehen. Die Knospenschuppen sind braun-rot, meist gekielt. Blattnarben gibt es keine.

Wirkungen und Indikationen

Die Himbeere ist das Heilmittel in der Frauenheilkunde. Sie harmonisiert das weibliche Hormonsystem indem sie regulierend auf die Eierstöcke wirkt und so die Produktion von Östrogen und Progesteron harmonisiert. Dadurch hilft die Himbeere bei sämtlichen Menstruationsbeschwerden, seien es schmerzhafte, zu schwache, zu lang andauernde oder zu starke Regelblutungen. Wenn die Blutung ganz ausbleibt, zum Beispiel bei pubertierenden Mädchen mit zu später körperlicher Entwicklung oder bei Hochleistungs-

sportlerinnen, kann die Himbeere den Zyklus in einen normalen Rhythmus bringen. Viele Frauen leiden unter dem sogenannten prämenstruellen Syndrom (PMS). Sie klagen über Brustspannen, Wassereinlagerungen im Gewebe, Kopfschmerzen oder Gereiztheit in den Tagen vor der Regelblutung. Hier können einige Sprühstöße Himbeere Linderung verschaffen. Wenn die Menopause zu früh einsetzt, kann die Himbeere den Zyklus wieder anregen. Auch bei Hitzewallungen und emotionaler Unausgeglichenheit im Klimakterium hilft Himbeere. Nehmen Sie, so lange die Beschwerden andauern, 1- bis 2-mal täglich einen Sprühstoß.

Tipp: Die Himbeere gehört zu den schnell wirkenden Mitteln. Deshalb eignet sie sich besonders zur Behandlung von akuten Beschwerden wie PMS oder Regelschmerzen.



Frauenmittel

harmonisiert das weibliche Hormonsystem

Regelschmerzen

Olivenbaum (*Olea europaea*)

» Die knorrigen, immergrünen Bäume gedeihen in mediterranem Klima und werden sehr alt. Ihren Früchten geben sie viele gesunde, lebensverlängernde Inhaltsstoffe mit.

Knospen

Für das Gemmopräparat werden die Triebspitzen mit ihren vordersten frischen, hellgrünen Blättern und den kleinen, gelb-grünen Blütenknospen verwendet. Diese sind end- oder seitenständig, in rispigen Blütenständen mit bis zu 40 Knospen angeordnet. Als »Knospenschuppen« dienen der Blütenknospe ihre vier Kelchblätter.

Wirkungen und Indikationen

Der Olivenbaum ist das wichtigste Mittel für das sogenannte metabolische Syndrom, eine Erkrankung, an der heute viele Menschen leiden und die meist im fortgeschrittenen Alter auftritt. Auslöser ist ein zu üppiger Lebenswandel bei zu wenig Bewegung. Zudem gilt das metabolische Syndrom als Risikofaktor für die koronare Herzkrankheit, denn die Betroffenen kämpfen

mit Übergewicht, Bluthochdruck, zu hohen Cholesterinwerten und Diabetes mellitus Typ II, dem sogenannten Altersdiabetes. Häufig kommt es bereits im Anfangsstadium der Erkrankung zu Durchblutungsstörungen, die sich zu einer Arteriosklerose entwickeln können. Der Olivenbaum kann helfen, die »Blutviskosität«, also die Fließfähigkeit des Blutes, zu verbessern. Davon profitiert auch die Hirnleistung. Die Konzentrationsfähigkeit erhöht sich. Andauernde Müdigkeit sowie leichte psychische Störungen bis hin zu Altersdepressionen können verschwinden.

Tipp: Durch den leicht blutverdünnenden Effekt des Olivenbaums kann das Gemmomittel auch bei Thromboseeigung, arteriellen Durchblutungsstörungen und Angina pectoris eingesetzt werden. Hier empfiehlt sich eine Langzeitmedikation.

Fettstoffwechsel-
störungen

Altersdiabetes

Durchblutungs-
störungen



Preiselbeere (*Vaccinium vitis-idaea*)

» Ursprünglich stammt der Strauch aus Nordamerika. Dank seiner desinfizierenden Wirkung kurierte man schon in alten Zeiten mit seinen Früchten und Blättern bakterielle Infektionen.

Knospen

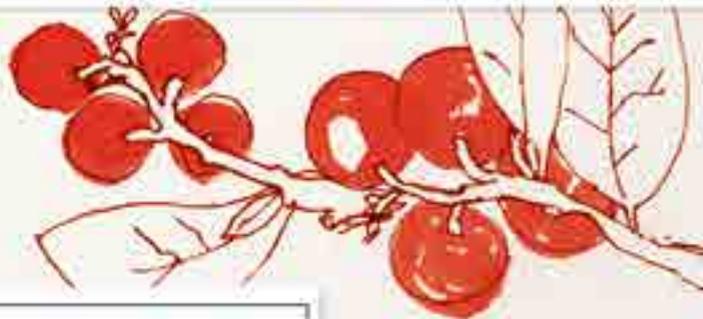
Beim Preiselbeerstrauch sind nur Endknospen vorhanden. Diese sind umgekehrt pyramidenförmig. Statt Knospenschuppen gibt es kleine, aneinander liegende Blätter, die am Rand bewimpert sind.

Wirkungen und Indikationen

Wie in der Naturheilkunde wird der Preiselbeerstrauch in der Gemmotherapie häufig als desinfizierendes, krampflösendes Mittel bei (immer wieder auftretenden) Blasenentzündungen eingesetzt. Da die Preiselbeere kristalline Ausfällungen im Urin hemmt, kann man mit diesem Mittel zudem Nierensteinen vorbeugen. Sehr wirkungsvoll ist der Preiselbeerstrauch bei Erkrankungen des Darms. Dazu zählen Störungen der Darmmotorik,

Darmkrämpfe (z. B. spastisches Kolon), Durchfall und Verstopfung im Wechsel oder Entzündungen des Dickdarms. Auch bei chronischer Verstopfung – gerade bei älteren Patienten – oder bei Durchfall nach der Einnahme von Antibiotika hilft der Preiselbeerstrauch zuverlässig. Besonders bewährt hat sich das Mittel im Klimakterium. Mit seiner östrogenartigen Wirkung hilft es bei störenden Hitzewallungen. Und durch seine Fähigkeit, die Kalziumaufnahme im Darm zu verbessern, beugt es gleichzeitig der Entwicklung einer Osteoporose in der Menopause vor.

Tipp: Bei Wechseljahrsbeschwerden, die zusammen mit einer Schilddrüsenüberfunktion auftreten, hat sich die Kombination mit Rotem Hartriegel sehr bewährt.



chronische Blasenentzündungen
Darmstörungen
Hitzewallungen im Klimakterium

Riesenmammutbaum (Sequoiadendron giganteum)

» Der Riese unter den Bäumen stammt ursprünglich aus Nordamerika, wächst aber seit dem 19. Jahrhundert auch in Mitteleuropa. Er kann 120 m hoch und viele 1000 Jahre alt werden.

Knospen

Vom Mammutbaum werden statt der Knospen die jungen, blau-grünen Triebe verwendet. Deren Schuppenblätter, die eher Nadeln gleichen, sind schmal und spitz. Sie sind spiralförmig um den Zweig angeordnet. Geerntet werden nur die vordersten Zentimeter der Triebe. Bei ausgewachsenen Bäumen beginnt die erste Astreihe oft erst in 50 m Höhe. Für das Sammeln der Triebe sollte man also schwindelfrei sein.

Wirkungen und Indikationen

Der Mammutbaum ist in erster Linie ein Mittel für den Mann. Er gilt als sexuelles Tonikum. Er hilft bei Unlust und Potenzschwäche, da er die Sekretion der männlichen Geschlechtsdrüsen und die Spermienbildung anregt. Gerade bei Kinderwunsch ist eine Kur über einige Wochen zu empfehlen.

Mammutbaum lindert zudem die verschiedensten Probleme mit der Prostata, z. B. bei der Prostatavergrößerung. Lassen Sie solche Beschwerden immer auch schulmedizinisch abklären! Ansonsten ist der Mammutbaum ein wirksames Mittel bei zu brüchigen Knochen. Er regt die knochenbildenden Zellen (Osteoblasten) an und sorgt so für eine rasche Heilung bei Knochenbrüchen. Er ist auch ein Mittel für Männer, die einer Osteoporose gezielt vorbeugen wollen. (Frauen ist eher die Preiselbeere zu empfehlen). Zudem hält er die Bänder und Sehnen geschmeidig.

Tipp: Das Mammutbaummittel ist derart aktivierend, dass es abends nicht angewendet werden sollte. Ansonsten ist mit Einschlafstörungen zu rechnen.

sexuelles Tonikum für den Mann
Kinderwunsch
Prostatamittel





Cornelia Stern

[Die Heilkraft der Pflanzenknospen](#)

Gemmotherapie entdecken und anwenden

96 Seiten, kart.
erschienen 2015



bestellen

Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung
www.unimedica.de