



NATUR HEIL PRAXIS

75. Jahrgang
Mai 2022

Fachzeitschrift für Naturheilkunde

naturheilpraxis.de

Selbstheilungskräfte stärken – Immunsystem aktivieren

Ein Beitrag von Christine Baumann

In der modernen Medizin werden die Ursachen für Krankheiten oftmals hauptsächlich in Infektionen durch Erreger gesehen. Im Sinne naturheilkundlicher Grundsätze, wie auch Paracelsus sie vertrat, sind Eindringlinge von außen jedoch nicht der wahre Grund für eine Erkrankung, sondern lediglich eine mögliche Auswirkung anderer Ursachen, die erheblich tiefer verankert sind. „Die Mikrobe ist nichts, das Milieu ist alles.“ (Dr. Bechamp)



Foto: Petenko Andriy / shutterstock.com

Lapacho-Baum in Buenos Aires

Damit ein Erreger eine Krankheit auslösen kann, muss er ein bereits geschwächtes Milieu antreffen. Nur wenn die Selbstregulation des menschlichen Organismus – beispielsweise aufgrund von Stress oder gestörten Stoffwechselvorgängen – bereits aus der Balance geraten ist, kann ein Eindringling seine schädigenden Eigenschaften voll entfalten. Andernfalls würde er durch die Selbstheilungskräfte in Schach gehalten oder abgewehrt werden.

Eindringlingen wie Viren, Bakterien, Parasiten und Pilzen von vornherein verschlossene Tore zu präsentieren. In der Pflanzenwelt finden wir Komponenten, die – im Idealfall durch die Hand des Alchemisten in ihrer Wirkung zur Vervollkommenheit gebracht – die Abwehr stärken und mikrobiellen Feinden das Überleben schwer machen.

Grapefruit

Die gesundheitsfördernden Eigenschaften der Grapefruit sind weit bekannt. Sie enthält reichlich Antioxidantien, schützt unsere Gefäße und aktiviert den Stoffwechsel. Sie stärkt das Immunsystem und wirkt antiseptisch. Für einige ihrer Inhaltsstoffe konnten antibakterielle und pilzfeindliche Effekte nachgewiesen werden. Außerdem bremsen sie Entzündungen aus und wirken teilweise sogar antikanzerogen. Die Grapefruit hilft, Blutzucker und Blutfette zu regulieren und kann die Entgiftungsleistung der Leber aktivieren. Ihre wundheilenden Eigenschaften kommen nicht zuletzt auch der Darmschleimhaut zugute.

Für Eilige

Durch die Kombination immunologisch wirksamer Pflanzen kann das Immunsystem unterstützt und die Selbstheilungskräfte aktiviert werden. Dies ist zur Abwehr von Krankheitserregern unerlässlich. Der Einsatz entsprechender Pflanzen in der Begleitung von Ausleitungskuren oder bei Zuständen, die einen Verdacht auf stille Entzündungen zulassen, ist ebenfalls bewährt.

Die Stärkung des Immunsystems und eben jener Selbstheilungskräfte ist folglich der beste Schutz vor Krankheiten und Parasitenbefall. Anstatt zu warten, bis das Kind in den Brunnen gefallen ist und Therapie notwendig wird, erscheint es in diesem Zusammenhang ausgesprochen sinnvoll, Vorsorge zu betreiben und

Knoblauch

Die schwefelhaltigen Wirkverbindungen im Knoblauch schützen nicht nur vor arteriosklerotischen Prozessen und fördern die Durchblutung, sie wirken auch deutlich entzündlich und antimikrobiell. Für Viren, Protozoen und Pilze konnten ebenfalls wachstumshemmende Effekte durch den Knoblauch nachgewiesen werden. Schon in der Antike wurde er als wurmtreibendes Mittel und gegen Entzündungen und allerlei Infekte verwendet. Selbst den Schwarzen Tod soll er denjenigen vom Leib gehalten haben, die ihn reichlich verzehrt haben. Über seine immunstimulierenden Eigenschaften hinaus ist der Knoblauch ein gutes Begleitmittel für Ausleitungskuren, beispielsweise nach Impfungen oder bei Belastungen durch Schadstoffe und Medikamente. Nicht zuletzt schützt er vor oxidativem Stress.

Lapacho

Die Rinde des Lapacho-Baumes enthält wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe, denen antimikrobielle, entzündungshemmende und schmerzlindernde Effekte nachgewiesen werden konnten. Ihre immunmodulierenden Eigenschaften macht man sich auch in der begleitenden Tumorthherapie und -prophylaxe zunutze. Volksmedizinisch wird Lapacho insbesondere bei allen chronisch entzündlichen Erkrankungen empfohlen, wie Rheuma, Arthritis oder rezidivierenden Gastritiden. Die traditionelle Verwendung bei Infektionskrankheiten viralen Ursprungs scheint durchaus ihre Berechtigung zu haben.

Myrrhe

Harze sind das Gold des Waldes und werden seit jeher zu kultischen und medizinischen Zwecken verwendet. Alle Harze wirken hochgradig entzündlich und wundheilend und dienen schon dem Baum, der sie liefert, zur Abwehr von Pilzen und anderen Eindringlingen. So ist es kaum verwunderlich, dass für die Myrrhe signifikante Wirkungen bei Darmmykosen und Entzündungen der Schleimhäute nachgewiesen werden konnten. Sie hilft, hartnäckigen Husten zu stillen und Fieber zu senken. Alte Kräuterkundige empfahlen die Myrrhe bei „allerley Gebrechen“, bei Erkrankungen der Verdauungsorgane bis hin zur „roten Ruhr“ und „wider das Gewürm“. Aktuelle Untersuchungen der Inhaltsstoffe können die vielfältigen traditionellen Einsatzgebiete des Harzes nicht widerlegen. Wilhelm Pelikan bezeichnet Harze als „Stoff gewordenes Sonnenlicht“, was auch auf eine stimmungsaufhellende Wirkung auf seelischer Ebene hinweist.

Nelke

Die Nelke zählt zu den kostbarsten Gewürzen und wird seit alter Zeit auch als Heilmittel verwendet. Ob als Hausmittel gegen Zahnschmerzen, zur

Linderung von Mundgeruch oder als Unterstützung bei Blähungen, Bauchgrimmen oder Atemwegsinfekten, ihre Einsatzgebiete als Hausmittel sind vielfältig. Die beinahe universellen Wirkungen lassen sich auf das enthaltene ätherische Öl zurückführen. Dessen Inhaltsstoffe sind teilweise antiviral, stark antibakteriell und pilzfeindlich. Außerdem wirken sie entzündlich, krampflösend und regulierend auf den Verdauungstrakt. Auch Ungeziefer und Parasiten lassen sich mit Nelken vertreiben. Das gilt für den Vorratsschrank ebenso, wie für den Darm.

Grüne Papaya

Bereits bei den Maya war die Papaya eine wichtige Heilpflanze. Sie wurde zur Regulation der Verdauung ebenso verwendet wie bei asthmatischen Beschwerden oder Wurmbefall. Die Enzyme, die aus den (unreifen) grünen Früchten des Papayabaumes gewonnen werden, wirken verdauungsfördernd, wurmfeindlich und antimikrobiell. Naturheilkundlich werden sie aufgrund ihrer antiphlogistischen Eigenschaften außerdem bei Entzündungen, Schwellungen oder Ödemen eingesetzt. Sie sollen helfen, Schmerzen zu lindern, die Wundheilung zu fördern und Narbengewebe weicher zu machen. Insbesondere in der begleitenden Behandlung von Magen- und Darmulzera und zur Unterstützung bei exokriner Pankreasinsuffizienz haben sich Extrakte aus der Papaya bewährt.

Propolis

Propolis ist das Harz der Bienen. Es handelt sich um die gesammelten Absonderungen von Bäumen, die gemeinsam mit dem Wachs und dem Speichelsekret der Biene zur Abdichtung der Waben verwendet werden. Propolis dient dem Bienenstock dabei als Schutz vor Bakterien und Pilzen, die sich sonst in der Wärme der Behausung vorzüglich verbreiten könnten. Schon früh wurde das wertvolle Bienenharz von Menschen entdeckt und verwendet, beispielsweise zur Einbalsamierung von Mumien >>

Auch Ungeziefer und Parasiten lassen sich mit Nelken vertreiben.

Die Rinde des Lapacho-Baumes enthält wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe.



Propolis aus Bienengestühlen

und zur Behandlung verwundeter Krieger. In der Moderne konnte für Propolis ein sehr breites Wirkungsspektrum nachgewiesen werden. Abgesehen von seinen deutlich keim- und pilzfeindlichen Effekten wirkt es universell antientzündlich und immunmodulierend. Probleme an Haut und Schleimhaut lassen sich gut begleitend mit Propolis behandeln. Egal, ob es sich um Geschwüre, Verbrennungen, Narben oder Herpes-Effloreszenzen handelt – das Bienenharz kann äußerlich aufgetragen und innerlich systemisch zur Linderung angewendet werden.

Schwarze Walnuss-Schalen

Traditionell wird die Walnuss als Entgiftungsmittel und zur Reinigung von Blut und Darm verwendet. Sie wirkt parasitenfeindlich und antiseptisch und kann auf Reisen als Prophylaxe von Magen-Darm-Erkrankungen dienen. Sie wird zur Ausleitung von Schwermetallen ebenso eingesetzt, wie bei Haut- und Schleimhautbeschwerden aller Art. Auch Pilz-erkrankungen lassen sich gut mit Auszügen aus allen Teilen des Walnussbaumes behandeln. Die ursprünglich in Nordamerika beheimatete schwarze Walnuss liefert einen noch höheren Anteil an Gerbstoffen als andere Walnuss-Arten. Die Schalen der Walnuss kann man zu den Rekordhaltern von mikrobiellen- und parasitenfeindlichen Pflanzenstoffen zählen. Im geistig-seelischen Bereich steht die Walnuss für Ruhe und Lebenskraft und hilft, sich gegen energieraubende Einflüsse zu schützen.

Taigawurzel

Die Taigawurzel wird auch als „sibirischer Ginseng“ bezeichnet. Als Stressadaptogen reguliert sie die hormonelle Kommunikation zwischen Hypophyse und Nebenniere und stabilisiert den Hormonhaushalt allgemein. Stressbedingtem Magengeschwür kann mit ihrer Hilfe vorgebeugt werden. In der begleitenden Krebstherapie bewährt sich die Taigawurzel ebenfalls. Ob als Stärkungsmittel zur Linderung der Nebenwirkungen konventioneller Therapien oder

Bei Paracelsus war der Wacholder ein beliebtes Mittel zur Stärkung des Magens.

Die Taigawurzel wird auch als „sibirischer Ginseng“ bezeichnet.



Wacholder

zur Förderung der unspezifischen Immunantwort und zur Hemmung des Tumorwachstums: Sie ist eine wertvolle Unterstützung. Patienten mit chronischer Fatigue, egal ob tumor- oder viralbedingt, sprechen gut auf das Mittel an. Für einige Viren, wie beispielsweise Influenza-, Rhino- oder andere Atemwegsviren konnte eine wachstumshemmende Wirkung nachgewiesen werden.

Wacholder

Bei Paracelsus war der Wacholder ein beliebtes Mittel zur Stärkung des Magens sowie gegen Koliken und Darmverschlüsse. Außerdem wirkt er aquaretisch und erhöht die Durchblutung des Nierengewebes. Er galt als bewährtes Mittel gegen die Pest und weist zusätzlich antivirale Eigenschaften auf. Auch Parasiten und Ungeziefer soll er vertreiben. In der Begleitung von chronisch-entzündlichen Erkrankungen wie Muskelrheumatismus oder Psoriasis hat er sich ebenfalls bewährt. Im Brauchtum gilt er bis heute als wichtiges Schutzmittel für Haus und Gesundheit. Frühjahrskuren mit *Juniperus communis* zur Blutreinigung, Entsäuerung, Ausleitung und Steigerung der Vitalität haben in der Volksmedizin einen festen Platz. Er hilft, Dämonen und Flüche abzuwehren und schenkt Lebens- und Zeugungskraft.

Weihrauch

Weihrauch gehört sicherlich zu den Harzen mit der ältesten Tradition. Egal ob in der religiösen Verwendung oder im medizinischen oder kosmetischen Einsatz – Weihrauch genießt in vielen Kulturen ein hohes Ansehen. Die für die Myrrhe erwähnten allgemeingültigen positiven Eigenschaften der Harze sind selbstverständlich auch auf den Weihrauch übertragbar. Für die Anwendung des Weihrauchs gibt es zudem unzählige Studien und Erfahrungswerte für ein breit gefächertes Einsatzgebiet. >>



Taigawurzel

Auszüge aus Weihrauch werden begleitend eingesetzt in der Tumorbehandlung, bei Autoimmunprozessen wie Hashimoto, Psoriasis oder Multipler Sklerose oder beim rheumatischen Formenkreis. Chronisch entzündliche Erkrankungen des Verdauungstraktes wie Colitis ulcerosa oder Morbus Crohn gehören ebenfalls zu den Einsatzgebieten von Olibanum. Nicht nur auf körperlicher Ebene schützt das Harz vor allerlei Eindringlingen. Traditionell wird es verräuchert, um Dämonen, böse Geister und negative Energien zu vertreiben und eine positive gereinigte Atmosphäre zu erzeugen.

Wermut

Der Wermut ist reich an wertvollen Bitterstoffen. Er tonisiert den Magen, entlastet die Leber, regt alle Verdauungssäfte in ihrem Fluss an und motiviert den trägen Darm zu vermehrter Arbeit. Er vertreibt Übelkeit, besonders wenn zuvor zu viel oder zu fetthaltig gespeist wurde. Er reguliert den Gallenfluss, auch dann, wenn die Gallenblase bereits entfernt wurde. Die Volksmedizin setzt den Wermut bei Wurmbefall und Darmmykosen ein. Die stärkende Wirkung kommt nicht nur dem Verdauungstrakt zugute.

Fortbildungsangebote

Für alle, die sich im Hinblick auf die ganzheitlichen Zusammenhänge der unterschiedlichen Ausleitungsfunktionen des menschlichen Körpers fortbilden wollen, bietet die Evolution Akademie eine Online-Ausbildung zum „Ganzheitlichen Berater für Ausleitung und Entgiftung“ an. Interessierte können sich unter www.evolution-international.com zum kostenlosen Infoabend am 10.05.2022 anmelden.

Der Wermut ist reich an wertvollen Bitterstoffen.

Wermut aktiviert das Immunsystem und richtet Menschen wieder auf, wenn es ihnen nach auszehrenden Erkrankungen an Lebenskraft und Lebenswillen fehlt. Er bringt gute Laune und die Fähigkeit zur Anteilnahme zurück und vertreibt allerlei Eindringlinge – egal ob mikrobiell oder parasitär.

Wirksam im Verbund

Gemäß der paracelsischen Empfehlung, wirksame Pflanzen zu kombinieren, um heilsame Synergieeffekte zu nutzen, werden diese Substanzen in der PAR 3 Kardinaltinktur von Evolution International gemeinsam spagyrisch verarbeitet.

Der Komplex unterstützt das Immunsystem und aktiviert und stärkt die Selbstheilungskräfte auf breiter Front. Er kann zum Schutz vor Parasiten eingesetzt werden und hilft, diesen im Körper die Lebensgrundlage zu entziehen. Auch bei viraler Belastung kann er das Behandlungskonzept ergänzen. In der Praxis hat sich der Einsatz des Komplexes in der Begleitung von Ausleitungskuren nach Impfungen oder Medikamentengabe oder bei Zuständen, die einen Verdacht auf stille Entzündungen zulassen, ebenfalls bewährt.

Auf geistig-seelischer Ebene hilft PAR Komplex 3 Kardinaltinktur, klare Grenzen zu setzen und zu sich selbst zu stehen. Er unterstützt in der Unterscheidung von Fremd- und Eigenenergien und ermöglicht so einen gesunden Austausch mit dem Umfeld. Auch äußerlich kann die Kardinaltinktur aufgetragen werden, um beispielsweise das Abheilen von Pickeln und Hautunreinheiten zu unterstützen. ■

Der Beitrag wurde in Zusammenarbeit mit der Firma Evolution International erstellt.



Christine Baumann

Sie ist Heilpraktikerin in eigener Praxis im bayerischen Mittenwald sowie Autorin diverser Fachartikel und Bücher. Ihr therapeutisches Spektrum verbindet Pflanzenheilkunde, Spagyrik, Homöopathie, manuelle Therapien und andere Verfahren aus der Traditionellen Abendländischen Medizin mit modernen Ansätzen aus anthroposophischer und orthomolekularer Medizin, sowie Ernährungstherapie.



EVOLUTION®

NATÜRLICH KERNGESUND

Österreichisches
Familienunternehmen
seit 1987

Ganzheitliches Programm
von Experten empfohlen

Akademie
Vorträge, Webinare
Ausbildungen



*Die Pflanzenalchemie
ist eine uralte, Erde, Kosmos und
Mensch umfassende, Weisheit.
Diese Kraft wirkt in den
Kardinal-Tinkturen, vom Körper
bis in die emotionale Ebene des
Seins. Die natürlichen Komplex-
mittel aus Pflanzen, Kräutern,
Obst, Gemüse, Wurzeln und
Algen sind sorgsam nach Grund-
sätzen des Paracelsus hergestellt.*

Kardinal- Tinkturen

Ganzheitliche Komplexmittel
für Körper, Geist und Seele

Hergestellt nach
spagyrischen Grundsätzen

**Spezielle Konditionen für Therapeuten & Wiederverkäufer:
Infopaket anfordern unter: schamberger@evolution-international.com**

Mikronährstoffe, Kräutertropfen & Bio-Kosmetik für ganzheitliche Gesundheit & Schönheit

A-9500 Villach, Hausergasse 28, Tel. +43 (0) 4242 22560, office@evolution-international.com

www.evolution-international.com

