

Arzneien aus Knospen, Wurzeln und Trieben

Die Heilkraft der Babypflanzen

Die Naturheilkunde hat die sogenannte Gemmo-Therapie wiederentdeckt: eine sanfte Pflanzen-Medizin ohne Nebenwirkungen

Es sind die jungen Triebe, die Knospen, Wurzelspitzen und Schösslinge von Pflanzen, in denen ihre größte Heilkraft steckt. Wissenschaftler haben mittlerweile belegt, dass die natürlichen Substanzen, die das Wachsen und Gedeihen der Pflanze vorantreiben, hochwirksame Arzneistoffe enthalten. In einigen Fällen sind sie schulmedizinischen Mitteln sogar überlegen. Und sie haben einen entscheidenden Vorteil, den immer mehr Naturheilkundler und Homöopathen zu schätzen wissen: Wir können die Gemmo-Medikamente als natürliche Arzneien völlig ohne Neben- und Wechselwirkungen nutzen. Das Wirkspektrum reicht dabei von Linderung bei Magenbeschwerden bis zu Hilfe bei depressiven Verstimmungen. „Die Gemmo-Therapie kann außerdem auch zur sanften Unter-

stützung einer schulmedizinischen Behandlung eingesetzt werden“, erklärt die Naturheilkundlerin Alexandra Heinrich aus Stuttgart. Die Arzneien sind in der Regel in Sprühflaschen in der Apotheke erhältlich oder bestellbar. Sie werden direkt auf die Mundschleimhaut aufgetragen. So gelangen die Wirkstoffe sehr schnell in den Organismus und können keine Verdauungsbeschwerden verursachen – im Gegensatz zu Tabletten oder Tropfen. Diese fünf Gemmo-Arzneien sollten in Ihrer Hausapotheke nicht fehlen:

Besenheide heilt Blasenprobleme

Sowohl bei akuten als auch bei chronischen Blasenentzündungen, einer Reizblase oder einer entzündeten Prostata hilft die Gemmo-Essenz der Besen-

heide. Das Mittel *Calluna vulgaris* fördert die Nierenfunktion und desinfiziert auf natürliche Weise die Harnwege. Bei akuten Beschwerden alle zwei Stunden zwei Sprühstöße in den Mund geben, bei chronischen Problemen dreimal täglich zwei Stöße.

Esskastanie entlastet die Venen

Für die Gemmo-Therapie werden die jungen Knospen der Esskastanie (*Castanea Vesca*) verwendet. Ihre Essenz wirkt entgiftend und regt die Lymphfunktion an. Dadurch hilft sie besonders gut bei Lymphödemen. Außerdem unterstützt sie den Blutfluss der Venen und wird daher bei Venenstauung, Krampfadern und allgemein „schweren Beinen“ eingesetzt. Anwendung: dreimal täglich drei Sprühstöße in den Mund geben.



Die Triebe der Hagebutte stärken die Abwehrkräfte und lindern Gelenkentzündungen



Himbeere hilft bei Frauenleiden

Die jungen geschlossenen Triebe der Himbeere (*Rubus Idaeus*) werden vor allem zur Behandlung von Menstruationsschmerzen oder heftigen Beschwerden an den Tagen vor der Regel (*Prämenstruelles Syndrom*) eingesetzt. Die Gemmo-Arznei wirkt krampflösend und

Tanne stärkt Knochen und Zähne

Die Essenz der Tannenknochen (*Abies Pectinata*) bringt den Mineralhaushalt des Körpers in ein gesundes Gleichgewicht. Sie wirkt daher besonders gut bei Problemen mit den Knochen: Brüche heilen

schmerzlindernd. Außerdem bringt sie den Hormonhaushalt wieder in Balance und kann deswegen bei Verzögerung oder Ausbleiben der Monatsblutung den Zyklus wieder stabilisieren. Dosis: dreimal täglich drei Sprühstöße, bei akuten Schmerzen stündlich je zweimal nehmen.

schneller, Osteoporose wird gelindert. Gemmo-Therapeuten verschreiben häufig zusätzlich die Essenz der Preiselbeerknospse (*Vaccinium Vitis Idaeae*). Sie wirkt ähnlich wie das weibliche Hormon Östrogen. Diese Kombination bietet einen besonders guten Osteoporose-Schutz. Außerdem verringert die Tannen-Arznei Kariesbakterien und stärkt die Zähne. Auch bei eitrigen Entzündungen im Mundraum hilft die Essenz. Dosis: dreimal täglich drei Sprühstöße für gesunde Knochen. Gegen Karies und Entzündungen: stündlich ein Stoß bis zum Termin beim Zahnarzt.



Feige lindert Ängste und Verstimmungen

In den Knospen der Feige (*Ficus Carica*) stecken verschiedene natürliche Substanzen, die beruhigend auf das Nervensystem wirken. Diese Stimmungsaufheller helfen bei Ängsten und depressiven Verstimmungen und lindern dadurch auch stressbedingte Beschwerden wie Einschlafprobleme, Migräne, Hautirritationen, Geschwüre und das Reizdarmsyndrom.

Dosierung: bei akuten Beschwerden jede Stunde je drei Sprühstöße, bei chronischen Problemen dreimal täglich drei Sprühstöße einnehmen.