

Heinrich Schwyter, MSc, Heilpraktiker

Jacqueline Ryffel, Fachapothekerin Homöopathie



Gemmotherapie. Die Kraft aus jungen Knospen.

Inhalt

Was ist Gemmotherapie?	3
Anwendungen	8

Komplexmittel

Betula comp.	20
Fraxinus excelsior comp.	22
Olea europaea comp.	24
Rosmarinus officinalis comp.	16
Vitis vinifera comp.	18

Einzelmittel

Castanea sativa	34
Ficus carica	36
Juniperus communis	30
Ribes nigrum	14
Rosa canina	28
Rubus fruticosus	38
Rubus idaeus	40
Sequoia gigantea	42
Tilia tomentosa	44
Ulmus minor	46
Vaccinium vitis-idaea	32

Was ist Gemmotherapie?

Die Gemmotherapie ist eine Therapieform, die aus Belgien stammt, in Frankreich und in der Schweiz schon bekannt ist und sich jetzt in weiteren Teilen Europas etabliert. Die Gemmotherapie (Gemma = lat. die Knospe) macht das „Lebendigste“ der Pflanzen als Heil- und Regenerationskraft für den Menschen nutzbar: Die Arzneien werden ausschliesslich aus frischen Pflanzenknospen hergestellt – Gewebe, das sich in der Vermehrung befindet und damit reich an pflanzlichen Wachstumsfaktoren ist. Schon der Entdecker der Methode, Dr. Pol Henry aus Brüssel wusste, dass in den Pflanzenknospen die höchste Potenz an Vitalität vorhanden ist.



Wie werden die Knospen-Glycerolmazerate hergestellt?

Mit grosser Sorgfalt werden im Frühling die frischen Pflanzenknospen von Hand in der unmittelbaren Umgebung gesammelt oder in Biobetrieben geerntet. Nach der schonenden Reinigung werden die Pflanzenknospen in einem Glycerol-Ethanol-Gemisch mazeriert.

Durch die sehr sorgfältige und zeitaufwändige Herstellung entstehen wohlschmeckende, effizient wirkende und qualitativ hochwertige Heilmittel, sogenannte Knospen-Glycerolmazerate.

Gemmo-Mazerate in Arzneimittel-Qualität werden nach Vorschrift aus dem Europäischen Arzneibuch „Ph.Eur. V.2.1.3 D1“ hergestellt. Produkte, die als günstige Nahrungsergänzungsmittel angeboten werden, können punkto Wirkstoffgehalt oder Herstellmethode abweichen.

Wie werden die Glycerolmazerate eingenommen?

Sämtliche Glycerolmazerate werden als Mundspray in Sprühflaschen abgefüllt. Sie werden direkt auf die Mundschleimhaut gesprüht. Ein zeitlicher Abstand von 15 Minuten zur Nahrungs- und Getränkeaufnahme ist notwendig, um die Wirksamkeit nicht zu beeinträchtigen. Mit der Applikation über die Mundschleimhaut erfolgt eine schnelle und vollständige Aufnahme in den Blutkreislauf und damit ein rascher Wirkungseintritt. Die unerwünschte Zersetzung im Magen-Darm-Trakt wird so vermieden.

Die Glycerolmazerate können untereinander kombiniert oder als Wirkungsverstärker anderer Arzneimittel eingesetzt werden. Für eine Reihe von Beschwerdebildern, die in unserer Gesellschaft oft zu beobachten sind, gibt es sogenannte Komplexmittel (an der Bezeichnung comp. zu erkennen).

Wie wirken die Glycerolmazerate?

Die Glycerolmazerate, die als Spray angeboten werden, wirken gemäss naturheilkundlicher Erfahrung reinigend, ausleitend und regulierend. Bei vielen Funktionsstörungen bewirken die Gemmotherapeutika eine Harmonisierung im Körper und regulieren damit die Beschwerden.

Wie können die Glycerolmazerate eingesetzt werden?

Glycerolmazerate finden bei einer Vielzahl von akuten und chronischen Krankheiten ihren Einsatz.

Zur einfacheren Orientierung sind in dieser Broschüre deren Einsatzschwerpunkte bezeichnet und die jeweiligen Titel farblich markiert (rot = akut, blau = chronisch, grün = neutral). Die Gemmopräparate können sowohl als eigenständige sanfte Therapie aber auch als Begleittherapie zu einer homöopathischen, spagyrischen oder konventionellen Behandlung eingesetzt werden. Sie unterstützen deren Wirkung synergistisch. Durch die Aktivierung der Phagozytose wird die Entgiftung des Körpers angeregt, was zu spürbarer Entlastung des Stoffwechsels und damit zu Wohlbefinden führt.

Dosierung

Das Arzneimittel wird direkt auf die Mundschleimhaut gesprüht.

Wenn von der Fachperson nicht anders empfohlen, hat sich folgende Dosierung bewährt:

Erfahrungsgemäss: 2 bis 3 mal täglich eine Anwendung.
Erwachsene: 2 bis 3 Sprühstöße pro Anwendung
Bei Kindern Anzahl Sprühstöße reduzieren.

Anwendungen

A = Hauptmittel

B = Ergänzungs- oder Kombinationsmittel

	Ribes nigrum	Rosmarinus off. comp.	Vitis vinifera comp.	Betula comp.	Fraxinus excelsior comp.	Olea europae comp.	Rosa canina	Juniperus communis	Vaccinium vitis-idaea	Castanea sativa	Ficus carica	Rubus fruticosus	Rubus idaeus	Sequoia gigantea	Tilia tomentosa	Ulmus minor	
		Komplexmittel					Einzelmittel										
ADS & ADHS – artiges Symptomenbild				B						A							
Akne	A			B												B	
Angst / Angststörung											A					B	
Appetitlosigkeit											B					B	
Appetitregulation								A					B				
Arthrose	B				A												
Ausleiten nach Infektionen oder nach Antibiotikakur				A				B									
Ausleiten, allgemein						B		A									
Ausscheidung Schweiß, Eiter, Sekrete								A		B							
Bänder, Geschmeidigkeit erhöhend						B								A			
Bettnässen											A					B	
Bindegewebe, schwach											A				B		
Blähungen								A									
Blasenentzündung akute	B	A															
Blasenentzündung chronische			A						B								
Blutdruck, niedriger	A																
Bluthochdruck/Blutdruck, hoher						A											
Burn out-Syndrom											B						
Cholesterinwerte, erhöht						A		B						A			
Darmkrämpfe			A														
Depressive Verstimmung											A			B			
Dreimonatskoliken															A		
Durchfall									A								
Durchfall, nach Antibiotika								B	A								
Ekzem, akut	A	B															
Ekzem, chronisch			B													A	
Energiemangel	B										B			A			
Entgiftend				B				A									
Entgiftend, Frühjahrskur				B				A									
Entzündung, akut	A	B															
Entzündungen, Rachen	A	B					A										
Entzündungshemmend	B	A															
Erkältungskrankheiten		A					B										

Seite 14

16 18 20 22 24

28 30 32 34 36 38 40 42 44 46

A = Hauptmittel
B = Ergänzungs- oder Kombinationsmittel

	Ribes nigrum	Rosmarinus off. comp.	Vitis vinifera comp.	Betula comp.	Fraxinus excelsior comp.	Olea europae comp.	Rosa canina	Juniperus communis	Vaccinium vitis-idaea	Castanea sativa	Ficus carica	Rubus fruticosus	Rubus idaeus	Sequoia gigantea	Tilia tomentosa	Ulmus minor	
		Komplexmittel					Einzelmittel										
Erschöpfung																	
Fieber	B						A										
Fieberbläschen, Herpes	B																
Fitness verbessern				B				A									
Freie Radikale bindend, Leberschutz		B				A											
Gallenfluss						A		B									
Gebärmutterbereich, krampflösend									B					A			
Gelenkschleimhaut, entzündungshemmend					A												
Gelenkschmerzen				B	A												
Gewichtsregulierung/Übergewicht						A		B									
Grippezustände	A	B															
Gürtelrose		A															B
Halsschmerzen; akut	A	B					A										
Halsschmerzen; chronisch			A				B										
Hämorrhoiden								B		A							
Haut, schlaff				B				A									
Hautjucken	B																A
Heiserkeit	A		B														
Herzschlag, beschleunigter												B					A
Heuschnupfen, akut	A	B															
Immunabwehr, stimulierend								A									B
Immunsystem; akute Abwehrsteigerung	A	B															
Insektenstich	A	B															
Koliken, krampfartig	A																B
Krampfadern						B				A							
Kurzatmigkeit in Folge von Asthma, Rauchen usw.																	
Lampenfieber												B					A
Leberschutz						A		B									
Magenbrennen						B					A						
Menstruationsbeschwerden/PMS				B													
Muskulatur, verkrampft					A												B
Nasennebenhöhlenentzündung	A	B															
Nasen-Rachen-Entzündungen		B					A										

Seite 14

16 18 20 22 24 28 30 32 34 36 38 40 42 44 46

A = Hauptmittel
B = Ergänzungs- oder Kombinationsmittel

	Ribes nigrum	Rosmarinus off. comp.	Vitis vinifera comp.	Betula comp.	Fraxinus excelsior comp.	Olea europae comp.	Rosa canina	Juniperus communis	Vaccinium vitis-idaea	Castanea sativa	Ficus carica	Rubus fruticosus	Rubus idaeus	Sequoia gigantea	Tilia tomentosa	Ulmus minor	
		Komplexmittel					Einzelmittel										
Nervosität											B					A	
Ödeme, allgem. Stauungszustände								A		B							
Osteoporose bei der Frau			A						B			B					
Osteoporose, Frakturprophylaxe												A					
Otitis		B					A										
Parodontose			A					B									
PMS			B										A				
Prostatabeschwerden akut	B													A			
Prüfungsangst											B				A		
Reisekrankheit														B	A		
Rheuma					A				B								
Rhinitis, allergische	A	B											A				
Schlaflosigkeit, auch bei Kindern											B				A		
Schlafstörungen											B				A		
Schlafstörungen, Schwangere											B				A		
Schnupfen, fließend	B	A															
Schnupfen, Kinder	B	A															
Schnupfen, Sinusitis	A	B															
Schnupfen, trocken							A			B							
Schulkopfschmerz, Konzentrationsschwäche				A										B			
schwere Beine, nach langem Stehen										A							
Sehnen-, Bänder-, Muskelschwäche					B									A			
Sinusitis	A	B															
Stress											B				A		
Unruhe, nervöse											B				A		
Venenstauungen (Krampfadern)						B				A							
Verdauungsbeschwerden			B					A									
Verdauungsförderung bei Völlegefühl						B		A									
Wallungen									B				A				
Wechseljahrbeschwerden									B				A				
Well-Aging bei der Frau						B							A				
Well-Aging beim Mann						B								A			
Wunden/Wundheilung						B										A	

Seite 14

16 18 20 22 24 28 30 32 34 36 38 40 42 44 46

Ribes nigrum. Schwarze Johannisbeere.



Naturheilkundlicher Hintergrund

Die Schwarze Johannisbeere gehört zur Familie der Stachelbeergewächse. Sie gedeiht in feuchten Wäldern auf Torfböden und in Erlen- und Eschenwäldern. Bei Ribes nigrum handelt es sich um eines der wenigen Glycerolmazerate, dessen Knospen von kultivierten Bio-Pflanzen stammen.

Die medizinischen Eigenschaften der Schwarzen Johannisbeere waren schon der heiligen Hildegard im 12. Jahrhundert bekannt. Im 18. Jahrhundert erschienen verschiedene Werke über den Einsatz und die hervorragende Wirkung der Schwarzen Johannisbeere. Sie erhielt damals auch den Namen „Gichtbaum“.

Therapeutische Charakteristik

Ribes nigrum wirkt antiallergisch, entzündungshemmend, immunabwehrstärkend, schmerzlindernd, aufbauend und stärkend. In der Gemmotherapie wird Ribes nigrum traditionell als das Glycerolmazerat bei akuten Entzündungen und Allergien eingesetzt. Die wohl bekannteste Anwendung ist der Heuschnupfen und seine Beschwerden.

Ribes nigrum hilft aufgrund seiner entzündungshemmenden Eigenschaften bei allen Formen akuter Entzündungen im Hals-Nasen-Ohren-Bereich, bei Bronchitis oder auch Asthma. Es aktiviert den Stoffwechsel und hilft damit beim Abbau von Schadstoffen. Damit eignet es sich besonders nach dem Einsatz von Chemotherapie, bei rheumatischen Beschwerden, Polyarthritiden und Gelenksbeschwerden.

Das Mittel bewährt sich auch bei akuten und chronischen Haut-Ausschlägen, Akne, Psoriasis sowie bei trockenen und infektiösen Ekzemen und Nesselfieber. Auch bei Prostatabeschwerden, Reizdarmbeschwerden und Migräne findet es Anwendung.

Dosierung

Zu beachten: Während der ersten 48 Stunden kann Ribes nigrum bis zu 10mal täglich angewendet werden.

Komplexmittel | Akut

Dieses Komplexmittel setzt sich zusammen aus den Glycerolmazeraten von *Alnus glutinosa* (Schwarzerle), *Carpinus betulus* (Weissbuche), *Rosmarinus officinalis* (Rosmarin).

Rosmarinus officinalis comp.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Alnus glutinosa | *Schwarzerle* gehört zur Familie der Birkengewächse. Sie wächst nur an feuchten Standorten. Sie ist in ganz Europa mit Ausnahme von Nord-Skandinavien und Island verbreitet. In der Volksmedizin werden aus der Schwarzerle Tees aufgegossen, die aufgrund des hohen Gerbstoffgehalt der Rinde und Blätter zusammenziehend, fiebersenkend und belebend wirken.

Carpinus betulus | *Weissbuche* gehört zur Familie der Birkengewächse (Betulaceae). Der Laubbaum wächst in Europa und Westasien in Mischwäldern. Ihr Laub zersetzt sich leicht zu Humus und hilft Waldböden zu regenerieren.

Rosmarinus officinalis | *Rosmarin* ist ursprünglich im Mittelmeerraum beheimatet, wo er wild wächst. Der immergrüne Strauch mit den intensiv riechenden Blättern gehört zur Familie der Lippenblütler. Er mag felsige und kalkreiche Böden und braucht Sonne und Wärme. Als Gewürz ist er ausgesprochen beliebt. Pflanzenheilkundlich wird Rosmarin unter anderem als stärkendes Mittel verwendet: Appetitregende Tees und belebende Bäder sind nur einige Beispiele.

Therapeutische Charakteristik

Aufgrund der therapeutischen Charakteristika der Rezepturbestandteile von *Rosmarinus officinalis comp.* gilt das Glycerolmazerat als das Akutmittel schlechthin. Es wirkt entzündungshemmend und stärkt das Immunsystem und hilft bei Abwehrschwäche. So kann es bei allen akuten und subakuten Infekten und Entzündungen, aber auch bei Allergien begleitend angewendet werden. Akute Halsschmerzen und trockener Husten, Entzündungen des Rachens, der Nebenhöhlen oder des Mittelohrs, fließender Schnupfen, grippale Infekte, akuter allergischer Heuschnupfen, akute Ekzeme, akute Blasenentzündung sind seine weiteren Einsatzgebiete. Er schützt und fördert zudem die Leberfunktion.

Dosierung

Zu beachten: Während den ersten 48 Stunden kann *Rosmarinus officinalis comp.* bis zu 10mal täglich angewendet werden.
Achtung: Während der Schwangerschaft sollte auf ein Gemopräparat mit Rosmarin verzichtet werden.

Komplexmittel | Chronisch

Dieses Komplexmittel setzt sich zusammen aus den Glycerolmazeraten von *Calluna vulgaris* (Besenheide), *Corylus avellana* (Haselstrauch), *Juglans regia* (Nussbaum), *Vitis vinifera* (Weinrebe).

Vitis vinifera comp.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Calluna vulgaris | *Besenheide* liebt kalkarme Böden und wächst in Heidelandschaften, Mooren und Alpweiden. Sie ist ein tief wurzelnder Zwergstrauch, der bis zu 40 Jahre alt wird. Die Pflanze enthält Bitterstoffe und Gerbstoffe, die entzündungshemmend, harntreibend und antibakteriell wirken. Seit dem Mittelalter wird die Besenheide bei rheumatischen Beschwerden und Erkrankungen der ableitenden Harnwege angewendet.

Corylus avellana | *Haselstrauch* wächst meistens als vielstämmiger Strauch an hellen, sonnigen, nicht zu heißen und nicht zu windigen Orten auf humusreichen, feuchten und tiefgründigen Böden. Er galt als Symbol der Fruchtbarkeit und Sexualität. In der Volksheilkunde werden Blätter, Rinde und Blütenkätzchen aufgrund ihrer fiebersenkenden, adstringierenden, schweißtreibenden und entzündungshemmenden Wirkung verwendet.

Juglans regia | *Nussbaum* ist ursprünglich in Südosteuropa und Asien beheimatet und ist der einzige Vertreter der Familie der Walnussgewächse in Europa. Beliebte ist der Baum wegen seines schönen Holzes und seiner nahrhaften Nuss, die reich an Linolensäure, Mineralien und Vitaminen ist. Die Walnussblätter haben einen hohen Gerbstoffgehalt, der für die adstringierende Wirkung auf Haut und Schleimhaut verantwortlich ist.

Vitis vinifera | *Weinrebe* gehört zur Familie der Weinrebengewächse. Ursprünglich war sie in den Auenwäldern Südosteuropas, der Donau und des Oberrheins beheimatet. Inzwischen werden die vielen Weinreben-Arten auf allen Kontinenten angebaut. Die Weinrebe wird in der Volksmedizin bei Venenschwäche, schweren Beinen oder auch bei Krampfadern eingesetzt.

Therapeutische Charakteristik

Aufgrund der therapeutischen Charakteristika der Rezepturbestandteile von *Vitis vinifera comp.* wird diese Rezeptur als das Mittel für chronische Erkrankungen eingesetzt. Schwerpunktmäßig kommt es bei allen chronifizierten Infekten des Atem-, Urogenital- und Verdauungstraktes und bei chronisch fortschreitenden Entzündungen im Bewegungsapparat und Arthrose zum Einsatz. Aber auch bei chronischen Halsschmerzen und Heiserkeit, chronisch allergischem Heuschnupfen, chronischer Migräne, chronischen Ekzemen und Warzen ist es wirksam.

Komplexmittel | Neutral

Dieses Komplexmittel setzt sich zusammen aus den Glycerolmazeraten von *Betula pendula* (Hängebirke) und *Betula pubescens* (Moorbirke).

Betula comp.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Betula pubescens L. | *Moorbirke* und **Betula pendula L.** | *Hängebirke* gehören zur Familie der Birkengewächse. Die *Moorbirke* liebt das volle Licht. Sie wächst im sauren Boden von Torfmooren aber auch im Dickicht, in feuchten Wäldern oder Sümpfen und manchmal auf trockenen Böden, wenn eine gewisse Tiefenfeuchtigkeit vorhanden ist. Die *Hängebirke* mag dagegen trockenes Heideland und stellt kaum Ansprüche an ihren Standort. Man findet grosse Kolonien der *Hängebirke* in brachliegendem Gelände. Sie ist die am weitesten verbreitete Birkenart.

Der lateinische Name *Betula* stammt vom keltischen Wort *Betul*. Der Begriff stand bei den Kelten in Verbindung mit dem ersten Mondmonat des keltischen Jahres, dem Zeitpunkt der geringsten Helligkeit. Die Birke mit ihrer weissen Rinde und den sonnendurchlässigen Blättern symbolisiert das Licht. In der klassischen Volksheilkunde werden die Birkenblätter und der Birkensaft wegen ihrer leicht harn-treibenden, blutreinigenden, ausscheidungsfördernden und harnsäuresenkenden Eigenschaften u.a. bei rheumatischen Beschwerden und Gicht, aber auch zur Ausleitung eingesetzt.

Therapeutische Charakteristik

Aufgrund der therapeutischen Charakteristika der Rezepturbestandteile von *Betula comp.* wirkt das Glycerolmazerat ausleitend, entgiftend und entzündungshemmend, abschwellend, anregend auf Drüsen, antidepressiv sowie entspannend und regenerierend. Darüber hinaus fördert es die Ausscheidung. In der Gemmotherapie wird *Betula comp.* traditionell als Glycerolmazerat eingesetzt zum Ausleiten nach Infektionen oder Antibiotikabehandlungen, bei Schulkopfschmerzen oder Wachstumsbeschwerden, Konzentrationsschwäche, ADS/ADHS, Osteoporose, rheumatische Beschwerden. Das Glycerolmazerat kann aber auch bei Verdauungsbeschwerden, Gelenkentzündung und -schmerzen, prämenstruellen Beschwerden, Schwellungen, Parodontose oder Prostatabeschwerden seine Wirkung entfalten.

Komplexmittel | Neutral

Dieses Komplexmittel setzt sich zusammen aus den Glycerolmazeraten von *Fraxinus excelsior* (Esche), *Pinus montana* (Bergföhre), *Vitis vinifera* (Weinrebe).

Fraxinus excelsior comp.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Fraxinus excelsior | *Esche* gehört zur Familie der Ölbaumgewächse. Sie entwickelt sich ideal in Tälern auf gut drainierten Schwemmland- sowie kalk- und tonhaltigen Böden, wobei sie kein stehendes Wasser verträgt. Ihre Fasern bilden ein zähes und doch besonders weiches und elastisches Holz. In der Volksheilkunde wird die Esche unterstützend nach grippalen Infekten und bei rheumatischen Erkrankungen, Polyarthritiden und Ödemen eingesetzt. Die Eschenblätter wirken abschwellend, blutreinigend und immunstimulierend. Auch eine gewisse cholesterin- und harnsäuresenkende Wirkung wird ihnen zugeschrieben.

Pinus montana | *Bergföhre* gehört zur Familie der Kieferngewächse. Sie wächst in den subalpinen Regionen Europas, ist sehr standorttolerant und tritt in vielerlei Wuchsformen auf. Bezeichnend ist ihr weitreichendes Wurzelgeflecht, mit dem sie Geröllhalden sichern kann. Sie ist ausgesprochen anpassungsfähig und anspruchslos, bis auf ihr starkes Bedürfnis nach Licht und Sonne. Die Zweige und Nadeln der Legföhre enthalten Latschenkiefernöl, das in der Volksheilkunde zur Linderung rheumatischer Beschwerden und Nervenschmerzen sowie bei Erkältungen und Bronchitiden eingesetzt wird.

Vitis vinifera | *Weinrebe* gehört zur Familie der Weinrebengewächse. Ursprünglich war sie in den Auenwäldern Südosteuropas, der Donau und des Oberrheins beheimatet. Inzwischen wird sie auf allen Kontinenten angebaut. Die Weinrebe wird in der Volksmedizin bei Venenschwäche, schweren Beinen oder auch bei Krampfadern eingesetzt.

Therapeutische Charakteristik

Aufgrund der therapeutischen Charakteristika der Rezepturbestandteile von *Fraxinus excelsior comp.* wirkt das Glycerolmazerat antirheumatisch, schmerzlindernd und entzündungshemmend. Es fördert die Elastizität von Bändern und regt die Mineralstoffresorption an. Zur Anwendung kommt es insbesondere bei Erkrankungen des Bewegungsapparats, rheumatische Beschwerden und Arthrose sowie Gicht. Aber auch bei Sehnen-, Bänder- und Muskelschwäche, Gelenkschmerzen und verkrampfter Muskulatur kann es eingesetzt werden.

Komplexmittel | Neutral

Dieses Komplexmittel setzt sich zusammen aus den Glycerolmazeraten von *Crataegus* (Weissdorn), *Olea europaea* (Olivenbaum), *Rosmarinus officinalis* (Rosmarin), *Vaccinium vitis idaea* (Preiselbeere).

Olea europaea comp.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Crataegus | *Weissdorn* wächst in Hecken und Gebüsch am Waldrand und im lichten Laub- und Nadelwald in Mitteleuropa. Der lateinische Name *Crataegus* geht auf das griechische „krataios“ zurück, was stark und fest bedeutet und sich auf sein hartes Holz bezieht. *Weissdorn* wird volksheilkundlich seit dem Altertum bei Herz- und Kreislaufbeschwerden verwendet.

Olea europaea | *Olivenbaum* gehört zur Familie der Ölbaumgewächse und wird im warmen Klima kultiviert. Die immergrüne Pflanze wächst auf kargem, steinigem Boden und kann bis 20 Meter hoch und sehr alt werden. Der Baum ist sehr genügsam aber auch recht kälteempfindlich. Seit dem Altertum wird der Olivenbaum sehr geschätzt, nicht nur seines schön gemaserten Holzes wegen, sondern auch aufgrund der Früchte, die Nahrung bedeuten und Öl spenden. Der Ölbaum ist Sinnbild für Langlebigkeit, Erfolg, Frieden und Fruchtbarkeit.

Die Blätter des Olivenbaums werden in der Volksheilkunde zur Blutdruckregulierung und zur Vorbeugung der Arterienverkalkung eingesetzt. Als Öl findet es äusserlich Anwendung bei Muskel- und Gelenkschmerzen oder als Pflegemittel für die Haut.

Rosmarinus officinalis | *Rosmarin* ist ursprünglich im Mittelmeerraum beheimatet. Er gehört zur Familie der Lippenblütler und mag felsige und kalkreiche Böden, Sonne und Wärme.

Pflanzenheilkundlich wird Rosmarin u.a. als stärkendes Mittel verwendet: Appetitanregende Tees und belebende Bäder sind nur einige Beispiele.

Vaccinium vitis idaea | *Preiselbeere* gehört zur Familie der Heidekrautgewächse. Der Zwergstrauch wächst vor allem im Gebirge in trockenen Nadelwäldern auf humusarmen und sauren Böden.

Die Preiselbeere wirkt entzündungshemmend bei Harnwegsinfekten, hat eine schützende Wirkung auf das Herz-Kreislaufsystem und wird zudem bei Durchfällen und anhaltenden Monatsblutungen eingesetzt.



Rosa canina. Hundsrose, Hagebutte.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Die Hundsrose, auch Heckenrose genannt, gehört zur Familie der Rosengewächse und gedeiht auf Kalkwiesen, kalkhaltigem Brachland sowie in Kalkwäldern. Dort wächst sie im Dickicht, in Hecken und auf Böschungen. Sie ist sehr anpassungsfähig und ausgesprochen widerstandsfähig. Die Hundsrose kann mehrere Meter hoch werden, wobei sie sich oft an anderen Baumarten und Büschen festhakt.

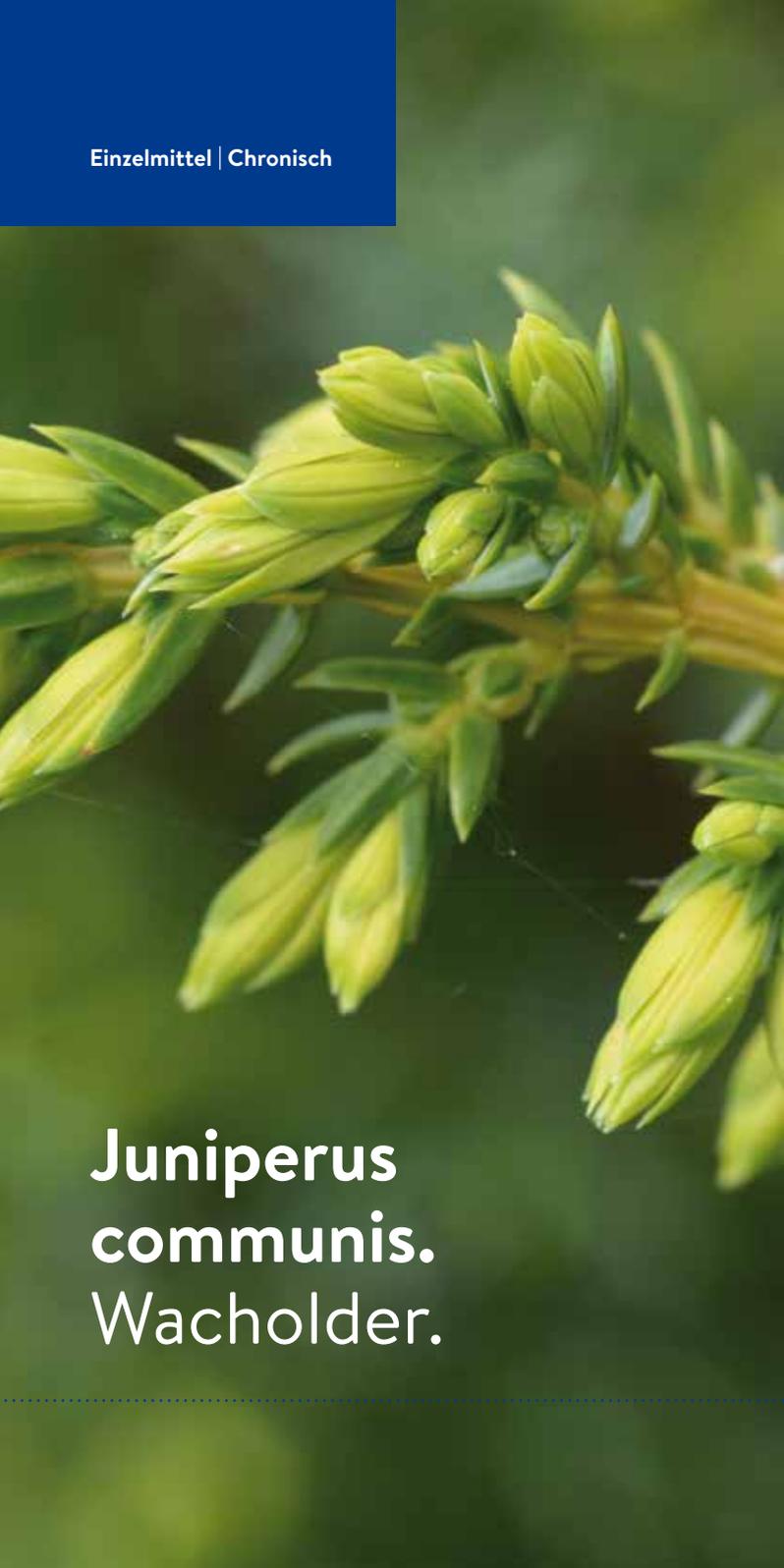
In der Volksheilkunde ist die Heckenrose besonders bekannt für ihre Vitamin C-haltigen Früchte, und das aus ihren Blüten gewonnene Rosenöl. Ein Tee aus ihren Früchten hilft bei Erkältungskrankheiten und grippalen Infekten, Husten aber auch bei Magenkrämpfen und zur Stärkung des Herzens. Darüber hinaus wird sie naturheilkundlich bei Warzen, Herpes und Ekzemen eingesetzt.

Therapeutische Charakteristik

Die Hundsrose stärkt das Immunsystem und wirkt antiviral und antiallergisch. In der Gemmotherapie wird Rosa canina traditionell als Glycerolmazerat insbesondere bei Entzündungen im Hals-Nasen-Ohren-Bereich mit seinen zahllosen chronischen und akuten Beschwerden angewendet: Nasenschleimhaut- und wiederholte Mandelentzündung, Entzündung des Gehörgangs, der Luftröhre, der Nase und des Rachens sowie leichte Bronchitis. Sehr empfohlen wird sie für Kinder mit diesen Beschwerden, die immer wieder krank werden, und bei kindlichen Wachstumsbeschwerden. Empfehlenswert ist die Hagebutte auch für Personen, die zu Migräne oder Stirnkopfschmerzen neigen.

Dosierung

Zu beachten: Während der ersten 48 Stunden kann Rosa canina bis zu 10mal täglich angewendet werden.



Juniperus communis. Wacholder.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Der Wacholder gehört zur Familie der Zypressengewächse. Er wächst an brachliegenden Hängen und Lichtungen auf kalkhaltigen, sonnigen Rasenflächen. Der immergrüne Nadelbaum kann unabhängig von der Bodenbeschaffenheit bis zu 15 Meter hoch wachsen. Da er sowohl sehr kälte- als auch hitzeresistent ist, findet man ihn vom Mittelmeerraum bis hinauf ins Gebirge.

Der Wacholder ist medizinisch vor allem für seine schwarzblauen Beeren bekannt. Sie wirken u. a. anregend auf die Nierentätigkeit und antirheumatisch. Als immergrüne Pflanze steht er auch für Lebenskraft und Vitalität. Wacholder wird in der Volksmedizin schon seit dem Altertum bei Husten, Appetitlosigkeit und Durchfällen, aber auch bei Leber- und Galleleiden verwendet und dient als Stärkungsmittel für den Organismus.

Therapeutische Charakteristik

Juniperus wirkt entgiftend, harntreibend sowie verdauungsfördernd. Ausserdem unterstützt er die Resorption von Ödemen. In der Gemmotherapie wird Juniperus traditionell als Glycerolmazerat vor allem zur Aktivierung der Leber- und Nierenfunktion und zur Ausleitung nach Infektionen oder bei Allergien eingesetzt.

Juniperus kommt ebenfalls bei chronischen Nierenbecken-, Blasen- und Nierenentzündungen zur Anwendung. Das Glycerolmazerat der jungen Wacholdertriebe normalisiert das ionische Gleichgewicht und hilft Nierensteine aufzulösen. Die Leberfunktion wird gestärkt und der Stoffwechsel angeregt. Dies wirkt sich auch bei Beschwerden des Verdauungstrakts aus: Die Verdauung wird gefördert und Völlegefühl sowie Blähungen lassen nach. Der Cholesteringehalt im Blut wird gesenkt, Gichtbeschwerden können gelindert werden. Volksmedizinisch wird der Wacholder zudem zur Vorbeugung von Arteriosklerose empfohlen.

Übergewichtige Menschen, die ihr Gewicht regulieren möchten und Heißhunger auf Süßes haben, hilft das Glycerolmazerat dabei, den Appetit und ihr Gewicht zu regulieren.

Vaccinium vitis-idaea. Preiselbeere.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Die Preiselbeere gehört zur Familie der Heidekrautgewächse. Sie ist ein kleiner, niederliegender Strauch, der auf zerstörten, humusarmen, sauren Böden (oft Torfböden) in Form von stark verwurzelt und verzweigten Klumpen wächst. Es handelt sich um eine mehrjährige, immergrüne Pflanzenart, die häufig im Gebirge vorkommt.

Die Preiselbeere ist in der Küche eine geschätzte und beliebte Frucht. Den darin enthaltenen Fruchtsäuren und Gerbstoffen ist die schützende Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System zu verdanken. Sie können die sogenannten „freie Radikale“, welche für verschiedene degenerative Alterungsprozesse verantwortlich sind, binden und neutralisieren. Die entzündungshemmende Wirkung der Blätter und der Beeren im Bereich der ableitenden Harnwege ist ebenfalls seit Jahrhunderten bekannt. Sie werden auch bei Durchfällen und anhaltenden oder starken Monatsblutungen eingesetzt.

Therapeutische Charakteristik

Vaccinium vitis-idaea wirkt antientzündlich, antirheumatisch und unterstützt die Ausleitung über die Niere. Darüber hinaus fördert sie die Verdauung, reguliert die Darmtätigkeit und zeigt östrogenartige Wirkungen. In der Gemmotherapie wird das Glycerolmazerat traditionell schwerpunktmäßig bei Erkrankungen der Harnwege (akute und wiederkehrende Entzündungen) und bei vorzeitigen Alterungsprozessen angewendet. Sie eignet sich daher für Menschen reiferen Alters, vor allem Frauen. Sie ist in den Wechseljahren zu empfehlen, als krampflösendes Medikament oder bei Hitze-wallungen.

Das Mazerat der Preiselbeere trägt zur Ausscheidung von Harnsäure und Harnstoffen sowie zum Abbau von Cholesterin bei. Es fördert die Kalziumaufnahme und kann somit helfen Osteoporose vorzubeugen. Es hilft auch im Fall von Nierenentzündungen, Prostataleiden und wiederkehrenden Blasenentzündungen. Zudem wird es bei chronischer Verstopfung, bei Darmkrämpfen und bei Durchfall (insbesondere nach der Einnahme von Antibiotika) eingesetzt. Auch bei gelblich-grün gefärbten Säuglingsdurchfällen kann die Preiselbeere helfen. Es wirkt lindernd bei chronischer Polyarthrititis und rheumatischen Beschwerden.



Castanea sativa. Edelkastanie, Esskastanie.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Die Edelkastanie gehört zur Familie der Buchengewächse. Sie stammt aus dem Süden, wächst auf sauren und kargen Böden und kann bis zu 500 Jahre alt werden. Der Baum zieht den Blitz an und symbolisiert so seine enorme Kraft, Männlichkeit und Weisheit. Die essbaren braunen Früchte der Edelkastanie sind von einem stacheligen Fruchtbecher umgeben, der die Basen bildenden Kastanien, auch Maroni oder Marroni genannt, enthält. Diese sind nahrhafter als Kartoffeln und enthalten viele wertvolle Mineralsalze. Kastanien werden gekocht, zu Mehl verarbeitet oder geröstet. Die Schalen werden zur Gewinnung von Naturfarben weiterverarbeitet.

Volksmedizinisch werden von den getrockneten Blättern der Edelkastanie Tees und Aufgüsse gemacht, die bei Husten, Keuchhusten, Asthma und Durchblutungsstörungen eingesetzt werden.

Therapeutische Charakteristik

In der Gemmotherapie wird Castanea traditionell als Glycerolmazerat vor allem bei Beschwerden im lymphatischen- und Venensystem angewendet. Castanea entstaut und lindert Ödeme, hilft bei schweren und müden Beinen, Krampfadern, Hämorrhoiden, nach langem Stehen oder auf einer langen Flugreise.

Ficus carica. Feigenbaum.



Naturheilkundlicher Hintergrund

Der Feigenbaum gehört zur Familie der Maulbeergewächse, stammt ursprünglich aus Südostasien und hat sich im Mittelmeerraum akklimatisiert. Er mag felsiges Terrain und altes Mauerwerk. Er wächst wild, wird aber auch seiner Früchte wegen angebaut.

Die gesamte Pflanze enthält einen weissen, ätzenden, beissenden Milchsaft. Seit jeher stellt die Feige den starken Zusammenhang zwischen Spiritualität und Sinnlichkeit dar. Der Feigenbaum nährt sowohl materiell, als auch seelisch und geistig.

In der klassischen Volksheilkunde wird der Feigenbaum bei der Behandlung von Warzen eingesetzt. Es wird ihm aber auch eine nervenberuhigende Wirkung zugeschrieben. Die Früchte des Feigenbaumes werden im getrockneten und wieder eingeweichten Zustand zum Abführen verwendet.

Therapeutische Charakteristik

Ficus wirkt angst- und krampflösend, antidepressiv und beruhigend. In der Gemmotherapie wird Ficus traditionell als Glycerolmazerat wegen seiner beruhigenden Wirkung auf das Nervensystem und seiner tiefgreifenden Effekte auf das Verdauungssystem verwendet. Seine beruhigende Kraft bei angespannten Nerven ist bemerkenswert. Angst und äussere wie innere Folgen von Stress werden neutralisiert.

Der Feigenbaum hilft auch das Gleichgewicht bei depressiven Verstimmungen wiederzufinden. Bei Zwanghaftigkeit sowie Neurosen und dadurch ausgelöste vegetative Störungen kann Ficus stärkend und unterstützend angewendet werden.

Ficus harmonisiert darüber hinaus die Verdauung, hilft bei Magenbrennen und reguliert den Appetit und die Magensaftbildung. Das Glycerolmazerat kann aber auch bei Bettnässen und Warzen eingesetzt werden.

Rubus fruticosus. Brombeerstrauch.



Naturheilkundlicher Hintergrund

Der Brombeerstrauch ist eine Pionierpflanze und gehört zur Familie der Rosengewächse. Sie wächst an steilen Hängen und im unwegsamen Gelände auf kalk- und stickstoffreichen Böden. Er bevorzugt sonnige oder halbschattige Lagen. An seine langen und stacheligen Ranken mit den dunklen, lederartigen Blättern lässt sich die Widerstandsfähigkeit des Brombeerstrauchs erahnen. Er ermöglicht es dem dunklen Waldboden zu „atmen“.

Der Brombeerstrauch ist eine der ältesten Heilpflanzen. Die Blätter enthalten Vitamin C und Gerbstoffe und haben dadurch eine adstringierende Wirkung. Sie helfen bei Durchfall und Zahnfleischbluten.

Therapeutische Charakteristik

In der Gemmotherapie ist Rubus fruticosus traditionell das Glycerolmazerat für Knochen und Lunge. Der Brombeerstrauch wirkt anregend auf die Knochenbildung und kann bei Osteoporose und zur Vorbeugung von Knochenbrüchen eingesetzt werden. Er hilft auch bei Arthrosebeschwerden. Darüber hinaus stärkt der Brombeerstrauch das Lungengewebe und fördert dessen Wiederherstellung. Er kann unterstützend eingesetzt werden bei Atembeschwerden infolge von Rauchen, Asthma oder einer chronischen Bronchitis.



Rubus idaeus. Himbeere.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Die Himbeere gehört zur Familie der Rosengewächse. Der niederliegende Strauch ist vor allem wegen seiner süßen Früchte bekannt. Er wächst auf säurehaltigem Boden, zum Beispiel auf Waldlichtungen in Eichen- und Buchenwäldern. Sie kann als bodenverbessernde Pionierpflanze bezeichnet werden.

Die Blätter der Himbeere werden in der Phytotherapie bei Atemwegserkrankungen eingesetzt. In der traditionellen europäischen Heilkunde wird die Himbeere seit Jahrhunderten zur Erleichterung und Beschleunigung der Geburt sowie zur Stärkung des Uterus verwendet. Bei schweren, lang andauernden Menstruationsblutungen in der Postmenopause und bei verfrühter Menopause wird sie ebenso empfohlen. Volksheilkundlich wurden Himbeerblätter zudem bei Fieber und Durchfall sowie für Blutreinigungskuren eingesetzt.

Therapeutische Charakteristik

Rubus idaeus hat eine entspannende und krampflösende Wirkung, ist schmerzstillend, reguliert das weibliche Hormonsystem und die Eierstockfunktion und harmonisiert das Gleichgewicht von Östrogen und Progesteron. In der Gemmotherapie findet das Glycerolmazerat vor allen Dingen zur Behandlung des weiblichen Hormonsystems Anwendung. Es hilft bei Menstruationsbeschwerden, Verzögerung oder Ausbleiben der Regelblutung, Zwischenblutungen, prämenstruellem Syndrom (PMS), Schmerzen, Krämpfen und Entzündungen im Gebärmutterbereich sowie bei Wechseljahrsbeschwerden. Wellaging für die Frau.

Sequoia gigantea. Mammutbaum.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Sequoia gigantea gehört zur Familie der Zypressengewächse. Der botanische Name ehrt den Erfinder der Cherokee-Schrift, Sequoyahs. Dieser in Kalifornien heimische und seit längerem auch in europäischen Parks anzutreffende Baum kann bis zu 3000 Jahre alt werden.

Die Riesenmammutbäume sind Pyrophyten. Ihre dicke, faserige Rinde schützt sie vor Waldbränden, die in den trockenen Wäldern der Sierra Nevada im Westen der USA häufig auftreten können. Sein Name besagt es bereits – dieser Baum kann gigantisch hoch werden, bis zu 100-120 Meter. Sequoia wird volksheilkundlich als sexuelles Tonikum eingesetzt und bremst die Alterung sowohl im sexuellen wie intellektuellen Bereich ab.

Therapeutische Charakteristik

Sequoia wirkt vitalisierend, stimulierend auf das Immunsystem und aktiviert die männlichen Hormone. Seine Wirkung ist langsam aber tiefgreifend und lang anhaltend. In der Gemmotherapie wird dieses Glycerolmazerat insbesondere bei Schwäche, Erschöpfungszuständen, Energiemangel (Burnout-Symptomen) und bei Männerbeschwerden eingesetzt. Es lindert aber auch Schulkopfschmerzen und beruhigt die Nerven, stärkt die Knochen, und hilft bei schwachen Sehnen und Bändern sowie bei Muskel- und Bindegewebsschwäche.

Sequoia reguliert die Spermienproduktion und hilft bei Prostatabeschwerden und Potenzproblemen.

Wellaging für den Mann.

Tilia tomentosa. Silberlinde.



Naturheilkundlicher Hintergrund

Die Silberlinde gehört zur Familie der Lindengewächse. Sie zeichnet sich durch ihre auf der Unterseite weiss-silbrigen Blätter aus und stammt aus Südosteuropa und Südwestasien. Es handelt sich um eine robuste Art, die einen tiefen, frischen Boden braucht. Sie ist bei den Eichen und Buchengewächsen zu finden, die kalkhaltige Böden vorziehen. Ihr Verbreitungsgebiet erstreckt sich bis zu den subalpinen Eschen- und Ahornwäldern.

In der Volksheilkunde werden Lindenblüten als Teezubereitung wegen ihrer schweißtreibende Wirkung bei Erkältungskrankheiten verordnet.

Therapeutische Charakteristik

Die Linde wirkt beruhigend, angst- und krampflösend und nervenstärkend. In der Gemmotherapie wird das Glycerolmazerat wegen seiner Wirkung auf das zentrale Nervensystem geschätzt. Bei unbestimmten Ängsten, nervösen Beschwerden, Obsessionen und fixen Vorstellungen fördert sie die Entspannung. Gerade auch bei Schlafstörungen aller Art (besonders bei Kindern, Schwangeren und älteren Menschen) ist sie ein erstes Mittel der Wahl.

Die Linde beruhigt krampfartige Zustände im Magen-Darm-Trakt und einen beschleunigten Herzschlag. Sie wirkt zudem bei Magenschleimhautentzündungen, krampfartigen Koliken, Appetitlosigkeit, Dreimonatskoliken, Konzentrationschwäche, ADHS und Unruhe.



Ulmus minor. Feldulme.

Naturheilkundlicher Hintergrund

Feldulmen gehören zur Familie der Ulmengewächse. Sie sind in Südeuropa beheimatet und wachsen an Waldrändern und an Flussrändern. Seit 1920 werden die Ulmen durch den Befall mit einem Schlauchpilz massiv bedroht, weswegen sie zu den gefährdeten Bäumen zählen. Bereits Dioskurides erwähnt die Ulmenrinde als Zusatz in Bädern zur Behandlung von Hämorrhoiden oder zur Wundbehandlung. Der Bast der Ulmenrinde enthält Gerbstoffe, Schleimstoffe und Bitterstoffe.

Wegen seiner entzündungshemmenden Wirkung auf die Schleimhäute wurde sie in der Volksheilkunde bei Entzündungen im Magen-Darm-Bereich sowie der Mund- und Rachenschleimhaut eingesetzt. Als Bäder oder Umschläge verabreicht, wird die Feldulme auch zur Wundheilung und bei Ekzemen verwendet. In der Phytotherapie, mit Ausnahme der Gemmotherapie, ist sie heute in Vergessenheit geraten.

Therapeutische Charakteristik

In der Gemmotherapie wird das Glycerolmazerat traditionell vor allem bei entzündlichen Prozessen der Haut angewendet. Ulmus wirkt hier antientzündlich und lindert den Juckreiz, zum Beispiel bei trockenen und chronischen Ekzemen sowie bei Nesselfieber. Dank ihrer antientzündlichen Qualität kann Ulmus auch den Heilungsprozess bei Lippenherpes, Gürtelrose oder Furunkeln begleitend unterstützen. Aber auch bei Milchschorf, unreiner Haut oder Akne von Jugendlichen sowie bei Couperose kann sie helfen. Bei Folgen von Sonnenbrand und sonstigen Verbrennungen kann sie ebenfalls Linderung bringen.

Herausgeber:
INTERFACE MARKETING AG
6312 Steinhausen, Schweiz