

Entgiftung mit Heilkräutern

von Olaf Rippe

erschienen in CO'MED Nr.7 / 2001

*"Wenn du einen Tiger im Haus hast,
öffne zuerst alle Fenster und Türen,
bevor du ihn am Schwanz packst
- vielleicht geht er von selbst."
(Chinesisches Sprichwort)*

**Auf die Frage nach den drei wichtigsten Therapieverfahren soll der Kräuterpfarrer Sebastian Kneipp geantwortet haben: "Erstens Entgiftung, zweitens Entgiftung und drittens Entgiftung."
Die Ausleitung von Giftstoffen durch Heilkräuter blickt auf eine lange Tradition zurück und ist auch in der modernen Naturheilpraxis unersetzbar.
In erster Linie nutzt man die Kräfte der Pflanzen zur Anregung körpereigener Ausscheidungen. Inzwischen konnten wissenschaftliche Untersuchungen auch eine spezifische Wirkung mancher Heilpflanzen belegen, beispielsweise bei Intoxikationen durch Schwermetalle oder Pestizide. Beim Studium der alten Meister wie Paracelsus, stellt man aber überrascht fest, wie alt dieses Wissen wirklich ist.**

Die Dyskrasie - die Mutter der Krankheiten

Die ersten systematischen Betrachtungen in der abendländischen Medizin zum Thema Entgiftung stammen aus der Antike. Man glaubte damals, dass der Körper aus vier Säften besteht, diese sind die gelbe und die schwarze Galle, Blut sowie Schleim. Von dieser Vorstellung leitet sich der Begriff Humoralmedizin ab (humor = Saft).

Die Gesundheit war in der Antike gleichbedeutend mit einer harmonischen Mischung der Säfte; man nannte diesen Zustand "eukrasis". Unter Krankheit verstand man das Überwiegen eines Saftes. Die disharmonische Mischung bezeichnete man als "dyskrasis". Die allgemein gültige Therapie bestand im Entfernen der schuldigen Materie durch geeignete Ausleitungsverfahren.

Hippokrates nannte fünf Kardinalmethoden zur Entgiftung: Erbrechen, Abführen, Schwitzen, Aderlass und künstliche Wunden. Er vertrat die Idee, dass man Krankheiten oberhalb des Zwerchfells erbrechen sollte. Solche die unterhalb des Zwerchfells auftraten, sollte man dagegen abführen. Neben Haut verletzenden Verfahren, auf die hier nicht weiter eingegangen wird, nutzte man zur Entgiftung schon damals hauptsächlich Pflanzen.

Bis ins ausgehende Mittelalter galt die Humoralmedizin als unumstößliches Dogma. Erst Paracelsus stellte dieses Denksystem in Frage. Er lehnte die "Vier-Säfte-Lehre" als einziges Erklärungsmodell der Krankheitsentstehung ab, weil er erkannte, dass auch kosmische Einflüsse, Umweltfaktoren und psychosoziale Gegebenheiten krank machend sein können. Was ihn aber mit seinen antiken Vorgängern verband, war die Idee der Vergiftung. Anders als die Anhänger der Humorallehre glaubte er aber auch daran, dass negative Gedanken und manche Planetenkräfte wie ein Gift wirken können. Er berücksichtigte ebenfalls Fehlleistungen des Stoffwechsels. Darunter verstand er allerdings keine falsche Säftemischung, sondern die Wirkungen exogener und endogener Toxine.

Paracelsus ging davon aus, dass es eine unsichtbare übergeordnete Kraft im Körper gibt, die alle Lebensprozesse steuert: Diese Kraft nannte er "Archeus". Krankheit kann nur entstehen, wenn der Archeus durch Gifte geschwächt wird. Die Instanz, die dies verhindert, nannte er "innerer Alchimist". Darunter verstand er in erster Linie die Umwandlung körperfremder Substanzen durch die Verdauungsorgane. Neben der Umwandlung ist die zweite wichtige Funktion des inneren Alchimisten die Ausscheidung von Stoffwechselschlacken.

Krankheiten entstehen nach dieser Vorstellung also auf zwei Wegen: Erstens durch die Ermüdung des inneren Alchimisten, die zur Schwäche des Archeus führt und zweitens durch eine "Verstopfung" der Ausscheidungswege, mit der Folge einer Dyskrasie. Folgerichtig besteht die Therapie darin, den inneren Alchimisten jung zu halten, zum Beispiel durch die Anwendung von Lebenselixieren. Bis zu einem gewissen Grad lassen sich Alterungserscheinungen mit Arzneien wie "Aqua vitæ" (Firma Soluna), "Melissengeist" oder "Danziger Goldwasser" aufhalten. Die zweite Säule der Therapie ist die Anregung körpereigener Ausscheidungen.

Lebenselixier "Danziger Goldwasser" zur Anregung der Vitalkräfte

Je ein Teelöffel Kardamom, Koriander und Sternanis, zusammen mit einer Hand voll Rosenblüten, einer Stange Zimt, fünf Gewürznelken, einigen Wacholderbeeren, einer Prise Macis sowie einigen Zitronen- und Pomeranzenschalen in 0,7 Liter Schnaps und 170 g braunem Zucker ansetzen. Das Gemisch stellt man 40 Tage in die Sonne; täglich schütteln. Anschließend filtrieren und das Filtrat eventuell destillieren. Danach etwas Blattgold hinzufügen, das bei Zusatz von Speisestärke sogar schwebt. Anstelle von Blattgold, kann man auch etwas Aurum colloidal D6 (Kolloidales Gold von Stauf-Pharma) zusetzen. Täglich ein bis zwei kleine Schnapsgläser voll, zum Essen genossen, beleben die Sinne und stärken die körperlichen Kräfte.

Wie man den "inneren Alchimisten" heilt

Lebenselixiere bestehen hauptsächlich aus verdauungsanregenden Kräutern mit Bitterstoffen (Amarum verum) und/oder ätherischen Ölen (Amarum aromaticum). Sie regen die Magentätigkeit an und fördern den Appetit, verbessern aber auch die Leber- und Pankreastätigkeit, indem sie die Organe zur Säftebildung anregen. Indirekt sind sie also auch entgiftend. Zudem sind sie unentbehrliche Bestandteile von Rezepten zur Behandlung einer Dysbiose.

Amara wirken aber nicht nur positiv auf die Darmsymbionten, sie fördern auch die Aufnahme von Eisen und anderen Mineralstoffen. Dies erklärt, warum sie beispielsweise in Rezepten zur Behandlung von Anämie und Osteoporose enthalten sind.

Amara wirken umstimmend auf den Gesamtstoffwechsel und eignen sich daher auch zur Behandlung von Abwehrschwäche, Erschöpfung, Autoimmunleiden, Allergien und Hautkrankheiten.

Zu den wichtigsten Amara gehören: Artischocke (*Cynara scolymus*), Benediktenkraut (*Cnicus benedictus*), Berberitze (*Berberis vulgaris*), Erzengelwurz (*Angelica archangelica*), Galgant (*Alpinia officinarum*), Gelber Enzian (*Gentiana lutea*), Ingwer (*Zingiber officinalis*), Kalmus (*Acorus calamus*), Löwenzahn (*Taraxacum officinale*), Meisterwurz (*Peucedanum ostruthium*), Nelkenwurz (*Geum urbanum*), Salbei (*Salvia officinalis*), Tausendgüldenkraut (*Erythraea centaurium*), Wegwarte (*Cichorium intybus*) und Wermut (*Artemisia absinthium*). Amara sollte man nicht bei Entzündungen der Verdauungsorgane gebrauchen und bei Gallensteinen nur vorsichtig dosiert verwenden.

Amara gehören zu den "sulfurischen" Stoffen, die Kälte in Wärme verwandeln, sie sind daher ebenfalls ein Schutz vor bestimmten Krankheiten, die Paracelsus "Tartarus" nannte. Darunter verstand er chronische Stoffwechselkrankheiten mit der Tendenz zu Ablagerungen im Körper, beispielsweise Gicht, Rheuma und Steinleiden, aber auch Asthma, Geschwüre und Sodbrennen. Sie entstehen durch eine ungenügende Ausscheidung, die zu einer Überbetonung von Kälteprozessen im Organismus führt. Den Begriff Tartarus (Unterwelt) wählte er, weil die Krankheitssymptome häufig einem Fegefeuer gleichen (akuter Gichtanfall, Status asthmaticus, alle brennenden Symptome).

Tartarische Leiden muss man auflösen, also resolvidieren. Beispiele für Resolventien sind der gefleckte Schierling (*Conium maculatum*, ab D4), Schachtelhalm (*Equisetum arvense*) und jodhaltige Pflanzen wie Efeu (*Hedera helix*) oder homöopathische Jodverbindungen, beispielsweise "Sulfur jodatum". Geeignete Pflanzen wachsen gerne auf steinigem Boden oder an Mauern, wo sie selbst kleinste Ritzen besiedeln, wie Brennnessel (*Urtica dioica*), Erdrach (*Fumaria officinalis*), Löwenzahn (*Taraxacum officinale*), Steinbrech (*Saxifraga granulata*) oder Schöllkraut (*Chelidonium majus*).

Über die weitere Behandlung schrieb Paracelsus: "Wenn ein Arzt vor diesen tartarischen Krankheiten schützen will, muss er zuerst den Magen dahin bringen, dass dieser alles, was in ihn kommt, verzehrt, wie das Feuer das Holz verzehrt" – man benötigt also Amara. Interessant ist, dass fast alle oben genannten Amara Wurzeldrogen sind. Sie entsprechen mit ihrer Wurzelbetonung dem alchemistischen "Salz", d.h., sie sind besondere Heilmittel bei chronischen Leiden, vor allem alter Menschen. Dies ist insofern wichtig, da besonders ältere Menschen unter Verdauungsschwäche leiden (z.B.

"chronisch atrophische Corpusgastritis"). Sie gehören damit zu den bevorzugten Kandidaten für diese Mittel. Kindern sollte man die meisten Amara nicht geben. Haben sie eine Dysbiose, eignen sich besonders die Mittel "Aquilinum comp." und "Lycopodium comp." von der Firma Wala. In der Kinderheilkunde haben sich vor außerdem Teezubereitungen bewährt, zum Beispiel der "Vier-Winde-Tee", bestehend aus Anis (*Pimpinella anisum*), Fenchel (*Foeniculum vulgare*), Koriander (*Coriandrum sativum*) und Kümmel (*Carum carvi*). Die vorgestellten Mittel eignen sich auch zur Behandlung von Folgen einer Antibiotikatherapie bei Kindern.

Zu den Stoffen, die den inneren Alchimisten schützen, gehören weiter Appetit anregende Säuerlinge. Besonders die Griesgrämigen unter den Mitmenschen sollten sie viel gebrauchen, sauer macht schließlich lustig. Paracelsus empfahl Most, den man mit Benediktenkraut und Gewürznelken ansetzen soll.

Schwefelige Substanzen sind ebenfalls unentbehrlich. Neben mineralischem Schwefel sind dies vor allem Substanzen aus der Pflanzenwelt, die einen "fauligen" Schwefel enthalten, zum Beispiel Bärlauch (*Allium ursinum*), Brunnenkresse (*Nasturtium officinale*), Knoblauch (*Allium sativum*) und Zwiebel (*Allium cepa*). Die genannten Pflanzen enthalten Senfölglykoside. Sie sind besonders gut zur Behandlung einer Fäulnisdyspepsie geeignet; dies sind schmierige Durchfälle mit stinkenden Blähungen, Unverträglichkeit von Nahrungsmitteln und Sodbrennen. Diese Therapie ist ein gutes Beispiel für das Heilen nach dem homöopathischen Prinzip, denn Faulendes muss man mit stinkenden Mitteln behandeln.

Die Entgiftung - die Mutter aller Therapien

Die Ableitung von Toxinen von Innen nach Außen, von den edlen zu den unedlen Organen, ist der wichtigste Lehrsatz der Humoralmedizin. Besonders "edel" sind die inneren Organe wie Lunge, Leber, Niere, Herz und Gehirn. "Unedel" sind dagegen Schleimhaut und Haut, also die Grenzflächen des Körpers.

Ein weiterer Lehrsatz stammt von Paracelsus: "Überall, wo der Körper Schmerz erzeugt, will er schädliche Stoffe anhäufen, um sie dort zu entleeren." Nach dieser Vorstellung sind Entzündungen im Schleimhautbereich, Eiterbildung oder Hautausschläge drastische Versuche des Körpers, die edlen Organe vor Toxinen zu schützen. Grundsätzlich sollte man diese Vorgänge therapeutisch unterstützen. Den größten Fehler, den man machen kann, ist eine Unterdrückung, durch die die Krankheit ins Innere zurückgetrieben wird. Nicht selten sind die Folgen schlimmer als die Ausgangssymptomatik. Ist eine Krankheit noch nicht in einem sehr fortgeschrittenen Stadium, genügt es meistens, die Entgiftungsorgane zu regenerieren und die Ausscheidungsvorgänge zu fördern. Körpereigene Ausscheidungen sind in erster Linie Kot, Harn, Schweiß, Menstruationsblut und Lungensputum. Ist die Ausscheidung zu gering oder wurde sie unterdrückt, kommt es zur Dyskrasie. Man erkennt sie beispielsweise an chronischen Erschöpfungszuständen und Depressionen, vegetativen Störungen wie Appetitlosigkeit, sexueller Unlust und Schlafstörungen sowie an stinkenden Sekreten und Exkreten, chronischen Hautausschlägen, Geschwüren, Autoimmunleiden, Allergien, Wucherungen, Ablagerungen und Krebs. Da diese Zustände in einem fortgeschrittenen Stadium nur noch schwer zu therapieren sind, ist es unbedingt ratsam, bereits im Vorfeld tätig zu werden, zum Beispiel in Form einer regelmäßigen Entgiftungskur im Frühjahr und Herbst, wie sie die Volksmedizin seit jeher kennt. Solche Kuren bestehen immer aus sogenannten Polychresten (Vielheiler). Im Frühjahr verwendet man vor allem junge Pflanzentriebe und Blätter von Birke (*Betula pendula*), Brennnessel (*Urtica dioica*), Gundermann (*Glechoma hederacea*) oder Löwenzahn (*Taraxacum officinale*). Im Herbst sind es dagegen eher Wurzeln, die Toxine herauslösen sollen, zum Beispiel Engelwurz (*Angelica archangelica*), Enzian (*Gentiana lutea*) oder Wegwarte (*Cichorium intybus*).

Bei sehr chronischen Leiden reichen Heilkräuter allerdings nicht aus. In solchen Fällen sind sie eher Begleitmittel mineralischer Stoffe, wie Quecksilber, Antimon-, Arsen- und Schwefelverbindungen, die man heutzutage in der Regel potenziert verwendet (ab D6). Antimon, das wichtigste Entgiftungsmittel unter den Mineralien, gibt es auch als spagirische Zubereitung (z.B. "Splenetik" von Soluna).

Über Antimon, das immer etwas Schwefel enthält und chemisch dem Arsen sehr nahe steht, schrieb Paracelsus: "In ihm ist (...) die Essentia, die nicht Unreines mit Reinem zusammenlässt. (...) Mit Recht loben wir es also hier, weil Antimonium von allen Mineralien das höchste und stärkste Arcanum in sich enthält. (...) Wenn überhaupt nichts Gesundes im Körper ist, verwandelt es den unreinen Körper in einen reinen."

Die entgiftende und antidyskratische Wirkung mancher Heilpflanzen, die Antimon ergänzen, erkennt man schon an ihrer äußeren Form. Typisch sind die Ausbildung von Stacheln, Dornen und Klettfrüchten. Vor allem letzteres ist eine Signatur, dass Schadstoffe durch diese Kräuter den Körper auch wirklich verlassen; einige Beispiele sind Klette (*Arctium lappa*), Klettenlabkraut (*Galium aparine*), Leberklette (*Agrimonia eupatoria*) und Nelkenwurz (*Geum urbanum*). Klettenlabkraut ist Bestandteil des Mittels "Toxex" (Firma Pekana), das sich zur unspezifischen Entgiftung sehr bewährt hat.

Die idealen Ergänzungsmittel einer Antimontherapie sind Arsen, das degenerativen Tendenzen entgegen wirkt und vor allem Schwefel. Man verwendet Schwefel in der Homöopathie zu Beginn einer Behandlung von chronischen Erkrankungen als Reaktionsmittel und am Ende der Behandlung akuter Erkrankungen zur Ausscheidung von Resttoxinen, um Rezidiven vorzubeugen.

Inzwischen setzt man Schwefel und schwefelhaltige Pflanzen mit Erfolg zur Behandlung von Schwermetallvergiftungen ein. Weniger bekannt ist die Gift bindende Wirkung von gerbstoffhaltigen Pflanzen wie Eichenrinde (*Quercus robour*), Walnussblätter (*Juglans regia*) und die Rinde von Okoubaka (*Okoubaka aubrevillei*). Geeignet sind auch manche Rosengewächse wie Becherstrauch (*Poterium spinosum*), Odermennig (*Agrimonia eupatoria*) oder Tormentill (*Potentilla reptans*) sowie einige Lippenblütler, beispielsweise Braunelle (*Prunella vulgaris*) und Gundermann (*Glechoma hederacea*). Während die "sulfurischen" Stoffe Schwermetalle aus körpereigenen Depots mobilisieren, bilden Gerbstoffe mit ihnen unlösliche Verbindungen. Auf diese Weise kommt es nicht zu einer Rückresorption, die ansonsten eine Ausscheidung verhindern würde. Pestizide, die zum wesentlichen Teil für Allergien und Autoimmunleiden verantwortlich sind, bestehen ebenfalls aus Schwermetallen. Auch hier haben sich die erwähnten Pflanzen sehr bewährt.

In alten Kräuterbüchern und bei Paracelsus findet man in Entgiftungsrezepten, speziell für Bergarbeiter, häufig auch Doldenblütler, die allgemein die Stoffwechsellage bei Schwermetallintoxikationen verbessern, zum Beispiel Engelwurz (*Angelica archangelica*), Kerbel (*Anthriscus cerefolium*), Koriander (*Coriandrum sativum*), Liebstöckel (*Levisticum officinale*), Meisterwurz (*Peucedanum ostruthium*) und Pastinak (*Pastinaca sativa*). Zusätzlich aktiviert man den Stoffwechsel mit Diaphoretika, Diuretika und Lebermitteln (siehe unten).

Körper eigene Ausscheidung und Entgiftung

Die reinigende Wirkung von Darm, Pankreas und Galle aktiviert man durch Laxantien (abführend), Cholagoga (Galle treibend) und Choleretika (Galle bildend). Hierzu gehören beispielsweise Berberitze (*Berberis vulgaris*), Enzian (*Gentiana lutea*), Erdrauch (*Fumaria officinalis*), Faulbaum (*Rhamnus frangula*), Gelbwurz (*Curcuma longa*), Löwenzahn (*Taraxacum officinale*), Mariendistel (*Carduus marianus*), Schöllkraut (*Chelidonium majus*), Sennesblätter (*Cassia angustifolia*), Tausendgüldenkraut (*Erythraea centaurium*) und Wegwarte (*Cichorium intybus*). Bewährte Mittel in diesem Zusammenhang sind "Hepatik" (Soluna), "Specichol" (Pekana), "Metaheptachol" (Meta-Fackler) oder "Chelidonium / Berberis comp." (Wala).

Vor der unkritischen Anwendung von Abführmitteln wie Faulbaum oder Sennesblätter warnte allerdings schon Paracelsus, denn "jedes Laxativum hat zwei Übel in sich, erstens weil es schwächt, zweitens, weil es gewöhnlich mehr entleert, als notwendig ist." Daher sollte man seiner Meinung nach Abführmittel immer mit stärkenden und Reiz mildernden Kräutern kombinieren, beispielsweise mit Zimt, Gewürznelken, Ingwer, Kalmus, Muskatnuss und Wacholder.

Ferner sollten Entgiftungsrezepte immer auch aus Diuretika bestehen, dies sind Mittel, die der Niere helfen, harnpflichtige Substanzen auszuscheiden. Sie sind vor allem dann notwendig, wenn der Harn trübe, dunkel und stinkend ist ("hochgestellt"). Eine Nierenentgiftung ist ebenfalls erforderlich bei einer Neigung zu Entzündungen der Harnorgane und bei Steinbildung, aber auch bei Rheuma, Gicht, chronischen Erschöpfungszuständen, Allergien, Hautleiden, Migräne und bei Intoxikationen durch Schwermetalle.

Einige Beispiele wären Birke (*Betula alba*), Hauhechel (*Ononis spinosa*), Schachtelhalm (*Equisetum arvense*), Goldrute (*Solidago virgaurea*), Liebstöckel (*Levisticum officinale*) und Wacholder (*Juniperus communis*). Grundsätzlich sollten Leber-Galle-Rezepte immer einige Nierenmittel enthalten und umgekehrt.

Das Universalmittel Goldrute kommt hier am ehesten in Frage. Sie fehlt eigentlich in keinem Entgiftungskonzept, da sie einerseits die Niere anregt, ohne sie zu reizen und andererseits das Pfortadersystem der Leber entlastet.

Weitere wichtige Drainagemittel sind Schweiß treibende Kräuter (Diaphoretika) wie Bittersüß (*Solanum dulcamara*), Holunder (*Sambucus nigra*), Ingwer (*Zingiber officinalis*), Jaborandi (*Pilocarpus jaborandi*), Klette (*Arctium lappa*), Linde (*Tilia cordata*) und Sarsaparilla (*Smilax sarsaparilla*).

Schweiß treibende Mittel leiten nicht nur toxische Stoffe aus, sondern sie verbessern ebenfalls den Hautstoffwechsel, zum Beispiel bei Neurodermitis oder Psoriasis. Hautleiden sind immer Ausdruck eines schwachen Lebensgeistes. Nach Paracelsus gehört die Diaphorese zu den Kardinalmethoden, um den Lebensgeist zu stärken: "Wenn man die Verstopfung des Lebensgeistes beheben will, muss man den Lebensgeist warm erhalten, damit er in der Hitze stark sei. Er soll diaphoretisch gemacht werden, in seinem Wesen immer brennen und in der Hitze leben" (Paracelsus). Zudem lindern Diaphoretika Beschwerden bei grippalen Infekten und bei Stimmhöhlenentzündung.

Erkrankungen der Lunge benötigen Arzneien, die das Abhusten erleichtern, sogenannte Expektorantien. Vor allem saponin- und scharfstoffhaltige Pflanzen sind geeignet. Sie sind gleichzeitig antimikrobiell wirksam. Beispiele sind Efeu (*Hedera helix*), Ingwer (*Zingiber officinalis*), Königskerze

(Verbascum thapsiforme), Meisterwurz (Peucedanum ostruthium), Schwalbenwurz (Vincetoxicum hirundinaria) und Seifenkraut (Saponaria officinalis). Scharf schmeckende Pflanzen stärken nach den Vorstellungen der chinesischen Medizin das Element Metall (Lunge / Dickdarm). Damit stärken sie nicht nur die Atemkraft und die Lebensenergie (Chi), sondern sie wirken gleichzeitig positiv auf die Darmfunktion.

Paracelsus verwendete zur Regeneration der Lunge außerdem noch häufig Alant (Inula helenium), Andorn (Marrubium vulgare), Lungenkraut (Pulmonaria officinalis) und Ysop (Hyssopus officinalis).

Frauen haben eine ganz besondere Art sich zu entgiften, die man immer therapeutisch unterstützen sollte, die Menstruation: "Wo die Frauen Schmerzen empfinden, da ist eine Verstopfung, wie im Herzen, in der Galle und in allen übrigen wichtigen Gliedern. Dann soll man die Menstruation im ganzen Körper hervorrufen" (Paracelsus).

Die Menses ist ein wirksamer Schutz vor Stoffwechsel- und Herzleiden. Auch kann man beobachten, dass eine ausreichende Blutung die seelische Ausgeglichenheit fördert. Umgekehrt ist ein zu frühes Versiegen der Blutung oder eine Unterdrückung, häufig mit seelischen Problemen und chronischen Krankheiten verbunden. Menses fördernde Kräuter, sogenannte Emmenagoga, gehören also zu den Kardinalmitteln in der Frauenheilkunde, ausgenommen bei starken Blutungen und bei bestehender Schwangerschaft, da sie häufig abortiv oder embryotoxisch wirken. Beispiele wären Liebstöckel (Levisticum officinale), Petersilie (Petroselinum sativum), Rainfarn (Tanacetum vulgare) oder Raute (Ruta graveolens) und vor allem Beifuß (Artemisia vulgaris).

Beifuß verwendete man früher als Geisterbanner und zum Austreiben von Dämonen. Im Prinzip hat sich daran nichts geändert, nur bezeichnen wir heute Dämonen als Mikroben oder als Toxine.

Rezepte

Rezept zur Anregung der Monatsblutung

Auch zur Behandlung von Stimmungsschwankungen und Libidoschwäche während der Regel geeignet sowie bei Schmerzen vor der Regelblutung, vor allem, wenn sich die Symptome mit Eintritt der Blutung bessern. Mischung aus:

- Alchemilla vulgaris Urtinktur (Frauenmantel)
- Artemisia vulgaris Urtinktur (Beifuß)
- Levisticum officinale Urtinktur (Liebstöckel)
- Potentilla anserina Urtinktur (Gänsefingerkraut)
- Rosmarinus officinalis Urtinktur (Rosmarin)

jeweils 20 ml.

Über die Apotheke mischen lassen. 3 x täglich 20 Tropfen in Frauenmantel- und Beifußtee einnehmen, besonders in der zweiten Zyklushälfte.

Zusätzlich: Smaragd trit. D6 von Weleda, 2 x täglich eine erbsengroße Menge in etwas Wasser auflösen. Paracelsus sah im Smaragd ein Arkanum für alle Schmerzen der Frau.

Trockenes Schröpfen am Beckenkamm und an der Innenseite der Oberschenkel und/oder Einreibung der Bereiche mit "Kupfersalbe rot" (Wala).

Entgiftungskonzept bei Nieren- und Blasensteinen

- "Renodoron" von Weleda, 3 x täglich 1 Tablette.
- "Renalin" von Soluna, 2 x täglich 10 Tropfen.
- "Splenetik" von Soluna, 2 x täglich 5 Tropfen.
- Von Staufen-Pharma: Nosode aus Nieren- oder Blasenstein; je nach Befund: Calculi renales (Harnsäure), Calculi renales oxalsäurehaltig, Calculi vesicales, jeweils D30, 2 x die Woche 5 Tropfen.
- Einreibung des Nierenbereichs mit "Kupfersalbe rot" von Wala.
- Wichtig ist eine Durchspülungstherapie der Niere mit circa einem Liter Nierentee täglich, aus Birkenblätter, Goldrutenkraut, Hauhechelwurzel, Steinbrech- und Zinnkraut.

Teerezept nach Heinrich Honegger zur allgemeinen Entgiftung

Besonders bei familiärer Neigung zu Krebs; auch zur Entgiftung über die Lymphe. Das Rezept wirkt mild ableitend auf Darm und Niere, aktiviert aber ebenso den Hautstoffwechsel. Das Rezept ist zudem antitartarisch wirksam. Mischung aus:

- Löwenzahnwurzel (Taraxacum officinale)
- Schlehenblüten (Prunus spinosa)
- Guajakrinde (Guajacum officinale), jeweils 5 Gramm
- Walnussblätter (Juglans regia), 15 Gramm
- Sennesblätter (Cassia senna)
- Stiefmütterchenkraut (Viola tricolor), jeweils 20 Gramm
- Süßholzwurzel (Glycyrrhiza glabra) Sarsaparillawurzel (Smilax sarsaparilla)
- Wacholderbeeren (Juniperus communis) Fenchelfrüchte (Foeniculum vulgare)
- Erdrauchkraut (Fumaria officinalis), jeweils 10 Gramm

Dosis: Morgens und abends 1 große Tasse; 2 Teelöffel pro Tasse; Kräuter mit kochendem Wasser überbrühen, 5 Minuten abgedeckt ziehen lassen, abseihen und mit Honig süßen. Die Dauer der Teekur beträgt etwa zwei Mal sieben Wochen, mit einer zweiwöchigen Pause; eventuell einmal im Jahr durchführen, am besten im Frühjahr. Das Rezept muss man in Apotheken mischen lassen, die sich auf Kräuter spezialisiert haben.

Entgiftung von Schwermetallen

Mischung aus:

- Beifußkraut (Artemisia vulgaris) 50 Gramm
- Engelwurz (Angelica archangelica) 20 Gramm
- Goldrutenkraut (Solidago virgaurea) 50 Gramm
- Gundermannkraut (Glechoma hederacea) 50 Gramm
- Klettenwurzel (Arctium lappa) 20 Gramm
- Liebstöckelwurzel (Levisticum officinale) 20 Gramm
- Wallnussblätter (Juglans regia) 70 Gramm
- Wegwartenwurzel (Cichorium intybus) 20 Gramm

In einer Apotheke, die auf Kräuter spezialisiert ist, mischen lassen (die einzelnen Pflanzen kann man auch günstiger über Kräuterläden beziehen und selber mischen). Täglich einen Liter Tee (= 3 bis 4 Tassen) mit zwei bis drei Esslöffel Mixtur ansetzen; mit kochendem Wasser überbrühen und abgedeckt 5 Minuten ziehen lassen. Die Dauer der Kur beträgt ca. 7 Wochen.

Zusätzlich: Antimonium crudum D12 (Antimon), 1 x täglich 5 Tropfen, kombiniert mit Sulfur D6 (Schwefel) und Selenium metallicum D6, jeweils 3 x täglich 5 Tropfen sowie "Nasturtium Mercurio cultum" D2 (mit potenziertem Quecksilber gedüngte Brunnenkresse von Weleda), 2 x täglich 10 Tropfen.

Literatur

- *Aschner, Bernhard*: "Technik der Konstitutionstherapie" (1963, Haug-Verlag)
- *Aschner, Bernhard*: "Theophrastus Paracelsus - Sämtliche Werke", 4 Bde. (1993 Anger-Verlag Eick)
- *Honegger, Heinrich*: "Die antidyskratische Behandlung als Basistherapie chronischer Krankheiten" (1959 Haug-Verlag)
- *Rippe, Olaf* zus. mit *Max Amann, Margret Madejsky, Patricia Ochsner, Christian Rättsch*: "Paracelsusmedizin" (2001 AT-Verlag)