

Skript zum Vortrag «Die Schachtelhalm-Familie, Urpflanzen mit erstaunlichem Heilpotential»

©Dr. med. Marianne Ruoff

Saturn, griechisch Chronos

- Herscher des goldenen Zeitalters:
- Natur ernährt Mensch, der nicht dafür arbeiten muss
- kein Krieg, kein Eigentum
- Friede mit Tieren, Vegetarismus
- Garten Eden

Einfachheit, Unschuld, Genügsamkeit

Silizium bringt Struktur

Silizium bringt einen Takt in mehreren Dimensionen:

- Mineralisch: Struktur in Erdkruste in Form von Steinen, Sechseckstruktur in Quarzen -
Zeit: Takt in Quarzuhren
- Strahlung: Strom aus Solarzellen, Radioaktivität zählbar in Geigerzählern
- Elektronischen Takt in Silizium(=Silikon-) Chips in Computern

Mineralien bei Elektrosmog

- Schachtelhalme und weitere mineralienreiche Pflanzen und Mittel können sensiblen Personen helfen bei Elektrosmog
- Zum Beispiel Kur mit Ackerschachtelhalm- Abkochung, oder Kieselerde- Pulver
Im Akutfall einen Liter Elektrolytlösung trinken, z.B. Elotrans®, Normolytoral® und weitere

Schachtelhalm „taktet“ den Körper

- Bringt Ordnung in alles Überfliessende, wässrige: Bei Schleimhauterkrankungen der Atemwege, von Magen-Darm und Niere-Blase
- Stellt die Ordnung wieder her in äusseren und inneren Strukturen von Haut, Haaren, Zähnen, Nägeln und Knochen
- „Ordnet überfliessende Emotionen“, wirkt beruhigend, angstlösend, strukturierend

Heilwirkungen in der Volksheilkunde

- Für Haut, Nägel und Haare: Nässende Ekzeme, Hautpilz, Wunden, Quetschungen, Entzündungen, brüchigen Nägeln, Haarausfall
- Bei Heuschnupfen mit viel Niesen, Naselaufen, Augentränen

- Husten, Asthma
- Hals- oder Zahnfleischentzündungen
- Zahnende Babys
- Blasenentzündungen
- Nierenerkrankungen, Wassersucht, erschwertes Wasserlassen, Nierensteine

Prostata-Beschwerden

- Magenkrämpfe, Bauchschmerzen, Durchfall, Hämorrhoidenblutungen
- Leber-Galle-Beschwerden
- Zur Blutstillung
- Geschlechtskrankheiten
- Rückenschmerzen, Osteoporose
- Gicht, Rheuma, Muskelschmerzen
- Augentzündungen, Empfindlichkeit auf Zugluft, Flügelfell
- Grauer Star
- Allgemeine Schwäche, Müdigkeit
- „Gut für das Blut“

Vergiftungen durch verdorbene Lebensmittel, Schwermetalle, Umweltgifte, Suchtmittel, Medikamente

Tipps aus meiner Sprechstunde zum Thema Osteoporose

- Muskeltraining und Bewegung sind das Allerwichtigste
- Nicht nur auf mineralienreiche Kost achten, auch Eiweiß, Eisen, Vitamin D ist wichtig
- Vor allem bei Frauen - auf gute Blutwerte achten, nicht Blutspenden gehen, zu starke Menstruation ins Lot bringen
- Der Einfluss von Kaffee und Zucker ist viel ungünstiger als gemeinhin bekannt: Kaffee und Industriezucker weglassen
- Muskelaufbau und Bewegung: Muskeln und Fett stehen mit der Knochendichte in engem Zusammenhang, sind aber schlecht messbar
- Das Knochenbruchrisiko hängt enger mit der körperlichen Performance /Leistungsfähigkeit zusammen als mit der Knochenmasse/- dichte
- Bei Gewichtsabnahme geht auch Muskelmasse und damit Knochenmasse verloren, auf Muskelaufbau und eiweissreiche Kost achten bei Gewichtsreduktion
- Bei Knochendichtemessungen immer am gleichen Gerät von gleichen Untersuchern messen lassen, da sonst nicht vergleichbare Ergebnisse
- Chronische Entzündungen erhöhen das Osteoporoserisiko- antientzündliche Kost, Entzündungen ins Lot bringen!

Volksheilkundliche Frauenheilkunde

- Unregelmässige, zu starke, zu lange Menstruation
- Zum Ausscheiden der Nachgeburt: Tee oder Abkochung aus Acker- oder Winterschachtelhalm

Zum Beschleunigen des Geburtsvorgangs und zum „Wiederherstellen der Ordnung nach einer Geburt“: Abkochung aus Winterschachtelhalm-Wurzeln

Weitere volksheilkundliche Heilanwendungen:

- Hals- oder Zahnfleischentzündungen: Spülungen und Trinken von lauwarmer Abkochung
- Zahnende Babys: Tee aus Ackerschachtelhalm-wurzeln
- Blasenentzündungen: Umschläge mit warmem gekochtem Kraut und Einnahme des Tees
- Nierenerkrankungen, Wassersucht, erschwertes Wasserlassen, Nierensteine: Tee oder Abkochung

Prostata-Beschwerden: Winterschachtelhalm-Tee und Breiumschläge

- Morgendlichen Augenschwellungen: Ackerschachtelhalm-Tinktur, Auflagen mit Tee/Abkochung
- Augenentzündungen, Empfindlichkeit auf Zugluft, Flügelfell: Winterschachtelhalm-Abkochung eingenommen und/oder Waschungen, Breiumschläge
- Grauer Star: Winterschachtelhalm-Abkochung und -Waschungen/Umschläge
- Allgemeine Schwäche, Müdigkeit: Ackerschachtelhalm-Tee
- „Gut für das Blut“: Junge Sprosse und Triebe des Riesenschachtelhalm eingenommen
- Vergiftungen durch verdorbene Lebensmittel, Schwermetalle, Umweltgifte, Suchtmittel, Medikamente: Ackerschachtelhalm-Tee
- Geburt: Unterstützt den Geburtsvorgang, stellt danach „die Ordnung wieder her“
- Pubertät: Schachtelhalm für Pubertätszeremonien bei nordamerikan. Indigenen
- Sterbebegleitung: Für den leichten „geordneten“ Übergang zur Sterbevorbereitung Schachtelhalmtee

Beispiele für Heilanwendungen aus der phytotherapeutischen Praxis

- Für Haut, Nägel und Haare:
Nässende Ekzeme, Hautpilz, Wunden, Quetschungen, entzündeten Blasen, brüchigen Nägeln, Haarausfall, schuppender Kopfhaut

Bei Hautproblemen als Umschlag, dazu täglich 1 Liter Ackerschachtelhalm-Tee trinken oder die Tinktur einnehmen

- Bei Heuschnupfen mit viel Niesen, Naselaufen, Augentränen: Schachtelhalm-Urtinktur 3- 4x täglich 20 - 30 Tropfen oder 3- 4x täglich 1 Teelöffel

Husten, Asthma: Ackerschachtelhalm-Absud lange gekocht, auch in Wein gekocht

Keine Angst vor Drachen

Beruhigende, angstlösende Medizin in China: Abkochung aus Winterschachtelhalm mit „Drachenknochen“ (mineralische Ablagerungen, die Dinosaurierknochen enthalten können)

Ein Superfood

- Über 10% des frischen Ackerschachtelhalm besteht aus Mineralien
- Hauptsächlich Kieselsäure (Siliciumdioxid) oder Silikate, die zu 10% wasserlöslich sind

Er kann je nach Standort bis zu 24 % Kalzium enthalten, zudem Kalium- und Aluminiumchlorid, Vitamin C, Vitamin E, Zink, Eisenoxid, Flavonoide und Thiaminase

©Dr. med. Marianne Ruoff

Heisszubereitung sinnvoll

- Das im Schachtelhalm enthaltene Enzym Thiaminase, welches Vitamin B 6 abbaut, wird durch Aufbrühen mit kochendem Wasser zerstört
- Auch manche Pilzgifte bei möglichem Pilzbefall sind nicht hitzestabil und werden damit unschädlich gemacht

Durch das Mittrinken des Pulvers können alle Mineralien eingenommen werden

Vielen Dank für Ihr/Euer Interesse!

Dr. med. Marianne Ruoff

Fachärztin Allgemeine Innere Medizin FMH

Akupunktur/TCM SACAM

Phytotherapie SMGP

TCM-Dermatologie

Kirchenfeldstr. 31

CH-3005 Bern

Bei Fragen, Anregungen bin ich per mail erreichbar: info@naturalmedizin.ch

www.marianne-ruoff.ch

www.naturalmedizin.ch

©Dr. med. Marianne Ruoff