

# **Selbstheilungsprozesse anregen**



HERBS OF - LES HERBES  
**KEDEM**<sup>®</sup>  
DEAD SEA - DE LA MER MORTE

## **Mit den Pflanzen des Heiligen Landes und den Mineralien des Toten Meeres**

**Eine praktische Anleitung zur Behandlung von  
Haut- und Haarproblemen, Gelenken,  
Atemwegen, Diabetes und mehr, die eine den  
individuellen gesundheitlichen Neigungen  
angepasste Ernährung beinhaltet**

**Dr. Amir Kitron**

**Erste Ausgabe, 2013**

**Moschav Karmel 90404**

**Informationen und Bestellungen:**

0041-79-6457955

e-mail: [tamar.gueller@yesch.ch](mailto:tamar.gueller@yesch.ch)  
info@yesch.ch

[www.yeschvital.com](http://www.yeschvital.com)

# Was ist Selbstheilung?

Unser Körper besitzt ein beträchtliches Potenzial zur Selbstheilung. Hierzu einige Beispiele: In dem Zustand der Selbstregulation, auch *Homeostase* genannt, werden sowohl Temperatur, Glukosewerte im Blut, als auch stabile Darmaktivitäten vom Körper selbst geregelt.

Sobald Bakterien oder Viren den Körper angreifen, kommt der Körper meistens alleine damit zurecht, mithilfe selbst hergestellter Antikörper, die normalerweise keine Nebenwirkungen zur Folge haben.

Sobald die Haut von Kratzern oder Schnitten betroffen ist, verhindert der Körper sofort jeglichen Blutverlust, indem er die Blutgerinnung veranlasst. Es kommt zur Narbenbildung aus Kollagen. Anschließend wird durch Kollagenase die Narbe abgebaut und das Hautgewebe regeneriert.

Sobald ein Knochen bricht, setzt der Arzt ihn lediglich zurück an die richtige Stelle – für den Rest der Regeneration sorgt letztendlich der Körper.

## Warum erkranken wir dann?

Manchmal ist unser Immunsystem nicht stark genug, um Bakterien oder aggressive Viren zu bekämpfen. In anderen Fällen ist es der Körper oder Teile des Körpers selbst, die die körpereigenen Systeme angreifen. Hierzu ein paar Beispiele: Bei Diabetes Typ 2 reagieren die Körperzellen nicht mehr auf Insulin wie zuvor, wodurch sich deren Fähigkeit zur Glukoseaufnahme dementsprechend vermindert.

Bei allen autoimmunen Erkrankungen greift das Immunsystem Teile des Körpers an: Die Haut (Schuppenflechte, Atopisches Ekzem, Lichen ruber planus - Knötchenflechte, Pemphigus vulgaris, Vitiligo), die Gelenke (Gelenkentzündungen), die Luftwege (Asthma, auto-immune Fibrosis-Probleme der Lungen), die Gedärme (Morbus Crohn, Kolitis) usw.

Bei allen Arten von Krebs beginnen sich spezifische Körperzellen zu vermehren, ohne dass dies vom Immunsystem verhindert werden kann.

## Die Zurückgewinnung der körpereigenen Selbstheilungsfähigkeit

Wenn der Körper oder Teile dessen selbstzerstörerisch werden oder andere Körperteile angreifen, so ist die Anregung der körpereigenen Selbstheilungsfähigkeit die beste Strategie. Diese therapeutische Herangehensweise kann somit einen Teil oder eine Kombination der folgenden Bestandteile enthalten:

## **a) Die Seele**

In vielen Fällen bedeutet dies eine Änderung der Lebenseinstellung, Gebet, Meditation etc.

- **Die Pflanzen der judäischen Wüste und die antike hebräische Medizin**

Die Verwendung von Heilkräutern des Heiligen Landes ist eine alte Tradition, die in der ganzen antiken Welt bekannt war. Ihre Entdeckung und Verbreitung ist dem fundierten Wissen der Urväter auf diesem Gebiet zu verdanken, insbesondere was die Heilkräuter des Heiligen Landes betrifft, die einzigartige Heileigenschaften besitzen.

An der Grenze der Judäischen Wüste (neben dem Toten Meer) ist ein besonderes Phänomen zu beobachten, welches das Heilpotenzial der Pflanzen erhöht. Es handelt sich um den scharfen Übergang zwischen den relativ verregneten Bergen Hebrons, in denen Pflanzen der Mittelmeer-Region gedeihen bis hin zu der Region Ein Gedi, der warmen Steppe (neben dem Toten Meer), wodurch ein Zusammentreffen verschiedener Pflanzenbevölkerungen verursacht wird, welches sich gelegentlich besonders durch klimatisch bedingten Stress bestimmter Pflanzen bemerkbar macht. Die pflanzlichen Hormone und andere Zutaten, die von jenen Wüstengewächsen bereitgestellt werden, um mit den klimatischen Strapazen zurechtzukommen, sind aus therapeutischer Sicht zum Beispiel als Ersatz für Kortison nützlich.

Was ebenso die bergige, trockene Region im Süden des Hebronberges charakterisiert, sind die aromatischen Pflanzen der Gattung der Lippenblütler und der Korbbblütler mit einer reichhaltigen chemischen Zusammensetzung, die ihnen eine Wirksamkeit gegen eine Reihe von Bakterien, Pilzen und Viren verleiht.

Eine Auflistung der erforschten regionalen Pflanzen, die zum landwirtschaftlichen Anbau akklimatisiert worden sind und deren Anwendung empfohlen wird, ist im Anhang A vorzufinden.

Die therapeutische Anleitung, die im Folgenden beschrieben wird, konzentriert sich fast vollständig auf eine äußere Anwendung (außer Entgiftungstee, Auszug aus Strohlblume, und Sprays für Hals- und Rachenraum), was im Widerspruch zu der modernen Auffassung steht, die häufig Medikamente zum Schlucken vorsieht. In den jüdischen Überlieferungen finden wir, dass man den Körper mit Öl einrieb und manche

unserer Großmütter behandeln Kranke heute immer noch mit Ölmassagen, Arrack (Anisschnaps) usw.

Die äußerliche Herangehensweise ermöglicht in vielen Fällen einen direkten Zugang zu der zu behandelnden Stelle, ein schnelles Einziehen in die Blutbahn ohne Umweg über das Verdauungssystem, und aufgrund dessen die Einnahme einer geringeren Dosis.

### • **Die Anwendung Pflanzlicher Inhaltsstoffe – zu Heilungszwecken**

Bis vor 100 Jahren wurden die meisten Medikamente weltweit aus Pflanzen gewonnen. Auch heute noch wird die Pflanzenheilkunde wissenschaftlich eingehend erforscht. Vor 100 Jahren begann man damit, Medikamente aus chemischer Synthese herzustellen, die in vielen Fällen auf Molekülen basierten, die denen der Pflanzen ähnlich oder gar identisch sind. Warum?

- Der Inhalt der Pflanzenstoffe variiert von Jahreszeit zu Jahreszeit, manchmal sogar von Stunde zu Stunde, wohingegen Wissenschaftler und Ärzte Stoffe mit festgelegter Zusammensetzung bevorzugen.
- Es ist kostengünstiger, Stoffe chemisch herzustellen als diese aus Pflanzen zu gewinnen, die zudem noch angebaut werden müssen.
- Die Medizinerhersteller können ein hergestelltes Molekül als Patent anmelden, was ihnen ein 17 Jahre gültiges Ausschließlichkeitsrecht über das Medikament zuspricht. Deswegen lohnt es sich für sie, Millionen in das Testen der Medikamente zu investieren. Ein Patent über eine pflanzliche Anwendung kann weniger geschützt werden als ein Patent, das mit künstlichem, chemischem Stoff zu tun hat.

### **Wo liegt das Problem bei chemisch hergestellten Medikamenten?**

Warum haben sich aggressive Bakterien in Krankenhäusern entwickeln können? Der Grund dafür ist, dass Bakterien innerhalb kurzer Zeit eine Resistenz gegenüber einer großen Anzahl an Stoffen entwickeln.

Demgegenüber wissen sich Pflanzen auf andere Weise zu schützen: Sie enthalten eine gering konzentrierte Mischung an Stoffen, wovon ein Teil

Lediglich die bakterielle Aktivität verlangsamt, ein Teil die bakterielle Vermehrung verhindert und ein weiterer Teil für die Zersetzung der äußeren Hülle der Bakterien zuständig ist. Die geringe Konzentration der Bestandteile ermöglicht es, Nebenwirkungen zu verringern.

### **Über die Rohstoffgewinnung**

Eine ausführliche Beschreibungen über die Gewinnungsmethoden und deren Relevanz finden Sie im Anhang B.

### •Die generellen Grundsätze zur Festlegung der Produktformeln

Die Festlegung der Formeln stammt aus der Einhaltung folgender Grundsätze:

**a) Kombination:** Anwendung aromatischer Stoffe aus vollständigen Pflanzen. So wird die Möglichkeit gewährleistet, das vollständige Heilpotenzial der Pflanze nutzen zu können. Zum Beispiel wird die Wirkung des ätherischen Öls der Thymbra-Bergminze (Bohnenkraut thymbra) erhöht, wenn ihm Phenole hinzugefügt werden, die in der Pflanze selbst enthalten sind. Diese Stoffe schützen die Fette vor Gärung und erhöhen ihre biologische Aktivität. Deshalb ermöglicht das Hinzugeben wasserlöslicher Stoffe eine Anwendung in geringeren Konzentrationen als Fette und vermindert Nebenwirkungen.

**b) Anwendung einer Vielfalt an Fettsorten:** Produkte die normalerweise aus mehr als zehn verschiedenen Pflanzen gewonnen werden, gewähren eine sehr beträchtliche Bandbreite an Wirkungen und erschweren eine langfristige Gewöhnung an das Medikament, ohne dass Bedarf aufkäme, die Dosierung zu erhöhen.

**c) Vermeidung gefährlicher ätherischer Öle:** wie aus Ruta chalepensis, Salbei, Artemisia, Bergamotte usw. trotz deren medizinischer Wirksamkeit stellen sie langfristig eine Gefahr dar.

**d) Grundsatz der Gegensätzlichkeit:** Eine Veränderung des physiologischen Zustandes aufgrund irgendeines Stoffes führt zum Widerstand des Körpers um das vorherige Gleichgewicht zurückzurhalten. Diese Eigenschaft führt zu einer sofortigen Linderungserscheinung und einer stufenweisen Rückkehr zum Krankheitszustand. Die ätherischen Öle enthalten in ihrer vollständigen Zusammensetzung eine große Anzahl an wertvollen und manchmal auch entgegengesetzt wirkenden Stoffen. Dieses Phänomen haben wir bei der Herstellung unserer Produkte intensiviert. So enthält beispielsweise die **Salbe zur Behandlung von Hämorrhoiden** eine winzige Menge einer Pflanze, die geradezu für ihre Hämorrhoiden hervorrufende Eigenschaft bekannt ist.

Obwohl dies die Wirkung etwas verlangsamt, wird jedoch andererseits die Gegenwirkung des Körpers neutralisiert und somit eine um vieles langfristiger anhaltende Wirkung erzielt.

### •Allgemeine Bemerkungen

**a)** Die Präparate sind lichtgeschützt zu lagern, bei Temperaturen von 4-25 Grad Celsius. Die Produkte nicht belanglos öffnen, um deren Oxydierung zu

vermeiden. Bei optimalen Bedingungen bleibt die Wirkung der auf Wasser basierenden Präparate um 1 ½ Jahre erhalten und die der auf Ölen basierenden Präparate um noch einen längeren Zeitraum (bis zu vier Jahren).

**b)** Die Präparate sind für jedermann ungiftig und jene, die nicht zum Schlucken sind, wurden dermatologisch getestet, wobei trotzdem bei der ersten Anwendung nur eine geringe Menge aufgetragen werden soll, um eine besondere Sensibilität auszuschließen. Bei Auftreten einer seltenen Reaktion (Kopfschmerz, langanhaltende Hautrötung, Übelkeit, Schwindel) muss die Behandlung abgebrochen werden.

#### **4.1. Wässrige Extrakte**

Die Präparate sind aus Pflanzenextrakten unter Zusatz ätherischer Öle zusammengesetzt. Die Präparate enthalten Alkohol aus Traubengärung (zwischen 5-12% im Volumen), um die Fette mit der wässrigen Phase zu verschmelzen. Sie müssen vor der Anwendung gut vermischt werden.

#### **4.2. Extrakte in Olivenöl, Palmenöl und anderen Ölen**

Die Präparate bestehen aus pflanzlichen Extrakten in verschiedener Ölen unter Zusatz ätherischer Öle.

Harte Öle wie Palmöl können im Winter sehr verhärtet und bilden manchmal Klumpen wie Honig. In diesem Fall kann es leicht in der Mikrowelle erwärmt werden. Bei hohen Temperaturen im Sommer können Salben flüssig werden und in diesem Fall wird eine Lagerung im Kühlschrank empfohlen. Unter kühlen Bedingungen sind alle Produkte länger haltbar.

## **Hautpflege**

### **Chemikalien in Kosmetika – Bloß nicht!**

Die als "Creme" für Gesicht oder Körper bezeichnete Konsistenz wurde in den letzten hundert Jahren für viele Menschen zu einer Gewohnheit.

Diese Konsistenz ist uns Menschen angenehm, da sie ein wenig einer Verbindung aus Schweiß und hauteigenen Fetten ähnelt.

In der Natur jedoch ist diese Konsistenz nicht stabil, da sie eine Mischung von Wasser und Öl vorschreibt. Bakterien vermehren sich in einer Umgebung, die sowohl Wasser als auch organische Stoffe enthält, wohingegen es ihnen schwer fällt, in reinem Öl zu leben. Deshalb bleibt ein Bällchen Streichkäse lange frisch, wenn es in einem mit Öl aufgefülltem Einweckglas aufbewahrt wird, oder in reinem Wasser.

Deshalb müssen den Cremes verschiedene Stoffe hinzugefügt werden, um deren Haltbarkeit zu gewährleisten.

Die Hersteller sind nicht dazu verpflichtet, die Namen der Inhaltsstoffe zu erläutern und die meisten Begriffe sind auf Englisch und Latein formuliert, das ein Mensch sie kaum verstehen kann. Deshalb werden wir nun einige dieser Stoffe beschreiben:

**PEG Polyethylen Glycol** – Wird unter chemischen Prozessen aus giftigen Gasen hergestellt, kann winzige Mengen sehr giftiger Nebenerzeugnisse enthalten.

**Lauric ether sulphate** – Inhaltsstoff wässriger Lotionen, Shampoos usw.

Es wurden darin gelegentlich vorkommende Reste giftiger Dioxine nachgewiesen.

**Paraben, Butyl paraben Methyl paraben** - dienen als Konservierungsstoffe. Sie können zu Allergien führen und die natürliche Regenerationsfähigkeit der Haut angreifen. Als Konservierungsstoffe sind sie über einen langen Zeitraum beständig, in Studien wurde nachgewiesen dass sie sich im Körper anhäufen.

**BHA und BHT** – Konservierungsstoffe, die bei hoher Dosierung Magenkrebs verursachen.

Inhaltsstoffe, die teilweise in Cremes vorzufinden sind: **Butoxydiglicol** oder **Ethylene glycol ethyl ether** oder **Propylene Glycol Dimethyl ether-1** und ähnliche Stoffe, die als Lösemittel dienen, dringen um ein zehnfaches stärker in die Haut ein als die meisten Lösemittel. Einige reizen die Haut und andere neigen dazu, die menschliche Fortpflanzungsfähigkeit zu schädigen.

**Resorcinol** – Farb- und Desinfizierungsmittel; reizt die Haut bis hin zu Ekzemen.

**Triclosan** – Geruchs- und Konservierungsstoff; wird sehr gut von der Haut absorbiert und kann Reizungen hervorrufen.

**Formaldehyde** – Konservierungsstoff; kann Allergien hervorrufen

(Aus: Kursbuch Kosmetik, Rita Stiens, 1998)

### **Warum sind pflanzliche Inhaltsstoffe zu bevorzugen?**

Pflanzliche Inhaltsstoffe, besonders aus biologischem Anbau, werden schon seit Tausenden von Jahren von der Menschheit angewendet. In den meisten Pflanzen besteht ein Gleichgewicht vieler Stoffe in niedrigen Mengen. Viele Pflanzen sind reich an natürlichen Antioxidantien, die für die Haltbarkeit des Produktes sorgen und Alterungsprozesse der Haut verlangsamen.



## **Warum verwenden Hersteller nicht pflanzliche Stoffe anstelle synthetischer Stoffe?**

Künstliche Inhaltsstoffe sind normalerweise um 100-1000 mal günstiger als parallele pflanzliche Inhaltsstoffe. Letztendlich liest der Kunde nicht die Inhaltsangabe (auf Englisch oder Latein) und ist hin und wieder sehr beeindruckt von der Abbildung einer frischen und gesunden Pflanze auf der Produktverpackung.

Auch Produkte mit einem Aloe Vera - oder Avocado-Bild sollten auf ihre Inhaltsangabe hin überprüft werden. Der pflanzliche Inhaltsstoff erscheint normalerweise an weit von der erstgenannten Zutat entfernter Stelle, da er wohl in einer sehr geringen Konzentration im Produkt enthalten sein wird. Zusätzlich haben sich viele Kunden seit ihrer Kindheit an die künstlichen Gerüche der Kosmetik- und Toilettenprodukte auf so eine Weise gewöhnt, dass Gerüche natürlicher Pflanzen hin und wieder als unangenehm wahrgenommen werden.

## **Ist eine Veränderung möglich?**

Ja, Europa führt den Trend an, hier wurden Standards für Kosmetikprodukte mit organischen und pflanzlichen Inhaltsstoffen festgelegt. Nichtsdestotrotz, gewährleisten die europäischen Standards immer noch eine Vermischung bestimmter künstlicher Inhaltsstoffe in pflanzlichen Kosmetikprodukten.

## **Über die Hautalterung**

Die ersten Veränderungen, die sich in der einer anhaltenden, ultravioletten Bestrahlung ausgesetzten Haut abspielen, ist die Bildung von Stoffen, die freie Radikale enthalten, was zur Peroxidation ungesättigter Fette der Zellmembranen führt. Dieses Phänomen kommt häufiger bei Hellhäutigen vor. Stoffe, die freie Radikale enthalten, erhöhen die Mutationen der DNA in den Mitochondrien der Hautzellen und führen somit zu Veränderungen von Aufbau und Funktion der Zellmembranen, der Proteine und der Fettsäuren. Die Alterung hat mit einem Rückgang der Konzentration an Anti-Oxidanten im Blut zu tun, wie Glutathion und mit einer Erhöhung sauerstofflicher Schadensmerkmale, wie die Resultate der Peroxidation von Fetten.

## **Oxidation von Proteinen**

Eine faltige Haut wird oft mit einem Mangel am Kollagen in Verbindung gebracht. Ein Oxidationsschaden an Proteinen kann äußerst ausschlaggebend für den Alterungsprozess der Haut sein, da oxidierte Proteine deaktiviert werden, dazu neigen, sich in Zellen anzuhäufen und zu einem Zellverfall führen können.

## **Glykation**

Glykation ist eine Kuppelung der Glucose-Karbonyl-Gruppe an Aminosäuren. Die Schicht der Dermis und der elastischen Fasern beginnt so einen Prozess zu durchlaufen bei Leuten ab dem Alter von 35. Sonnenbestrahlung beschleunigt sehr wahrscheinlich diesen Vorgang. Antioxidanten-haltige Inhaltsstoffe können diesen Ablauf verzögern.

## **Veränderungen in der Dermis**

Reguläre Konzentrationen an Zytokinen werden wahrscheinlich für die Homeostasis der Hautzellen benötigt (das Streben der Zellen, zu ihrem ursprünglichen Zustand zurückzukehren). Störungen der Zytokinwerte führen zu einer Bildung von Schäden und Falten. Das Gleichgewicht der Zytokine in der Haut verändert sich mit fortschreitendem Alter. Es sieht danach aus, dass sich Hautpptsächlich die Reaktion auf Interleukin-1 ändert, welches ein Zytokin ist, das in Zellen gebildet wird, die bei Allergien involviert sind.

## **Antioxidantenreiche Verbindungen zur Verzögerung der Hautalterung**

Unter den für die Hautpflege gefragten Antioxidanten sind: Vitamin A, Beta-Karotin, Vitamin C, Vitamin E. Alle Vitamine verzögern sowohl eine Ausbreitung von Fibroplasten als auch eine Prostaglandin-Synthese. Pflanzliche Bestandteile die solche Vitamine enthalten: Weizenkeimöl, Jojobaöl, Sheabutter, Karotte, Zitrusfrüchte, Donalilale-Alge, bestimmte Schalen der Palmenfrucht u.a.

Es existieren Pflanzen, die in ihrer antioxidanten Wirkungsweise ausgezeichnet sind: Rosmarin (insbesondere die darin enthaltene Rosmarin-Säure), verschiedene Oregano-Sorten, italienische Strohblume usw.

Es ist interessant zu bemerken, dass pflanzliche Antioxidantien manchmal stärker sind als Vitamine ( so z.B. das in trockener Zwiebel enthaltene Quercetin).

## **Allgemeine Empfehlungen für eine gesündere und schönere Haut**

- Sonnenbestrahlung einschränken und Rauchen meiden.
- ein guter Verzehr von Proteinen, alle drei bis vier Stunden über den Tag verteilt
- Täglich mindestens 20 Minuten körperliche Aktivität
- Seifen nur eingeschränkt verwenden, ebenso synthetische Cremes und Shampoos
- regelmäßiger Schlaf von mindestens sechs Stunden täglich
- Gesichtsmassage, mindestens einmal pro Woche

## Gesichtswasser für den Morgen [BOKER]

**Allgemeine Beschreibungen:** Tonikwasser fürs Gesicht, zur täglichen Anwendung und Verstärkung des Hauttonus nach dem Schlaf. Geeignet für trockene, Misch- und fettige Haut, hilft ebenso der zu Akne neigenden Haut.

**Die aktiven, empfohlenen Inhaltsstoffe:** Reines Rosmarinwasser, Geranium, Dost, Etragschale, Zitronenstrauchöl, Pfefferminzöl und Alkohol aus Traubengärung. Diese Mischung ist reich an Terpenen.

**Anwendung:** morgens das Gesicht mit Watte pads reinigen

**Gebrauchsbegrenzungen:** keine

**Anmerkung:** kann auch im Verlauf des Tages angewendet werden, im Falle von Müdigkeit oder nach dem Mittagsschlaf, um somit die natürliche Spannkraft der Haut zurück zu gewinnen. Ein idealer Gebrauch beinhaltet sowohl das Gesichtswasser für den Abend für die Abendstunden und daraufhin die Nahrung der Haut mit dem **Nährserum für das Gesicht**.

## Gesichtswasser für den Abend [AVIV]

**Allgemeine Beschreibungen:** Gesichtswasser für den Abend zur Beruhigung und Harmonisierung der Haut. Beruhigt die Gesichtshaut von täglichen Strapazen (Luftverschmutzung, Make-Up, usw.)

**Eigenschaften:**

- beruhigt die Haut (verringert die Anspannung)
- reguliert die Fettabgabe aus der Haut (Unterstützt sehr die zu Fettigkeit und leichter Akne neigender Haut)
- fördert die Regeneration der Hautzellen

**Die aktiven, empfohlenen Inhaltsstoffe:** Reines Fenchelwasser, Estragon und Geranium; ätherische Öle aus Lavendel, Ylang und Fenchel. Diese Mischung ist reich an Cumarinen.

**Anwendung:** das **Gesichtswasser für den Abend** ist am Abend anzuwenden.

**Gebrauchsbegrenzungen:** keine.

**Anmerkungen:** Das Gesichtswasser für den Abend kann auch zur Beruhigung der Haut nach Insektenstichen angewendet werden.

Das **Gesichtswasser für den Abend** beruhigt auch im Falle von durch Windeln hervorgerufener Rötung bei Babys .

Zur Hautpflege wird eine Kombination aus dem **Gesichtswasser für den Abend** und dem **Nährserum fürs Gesicht** (mind. 2 mal pro Woche) empfohlen.

Bei leicht zu Akne neigender Haut ist sowohl die oben genannte Anwendung als auch die Einnahme des **Entgiftungstees** zu empfehlen.

## **Sanfte Peeling-Maske [TISHREI]**

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Mischung aus Jojoba-Körnern und zerstampften Blättern mit Jojobaölen und zusätzlichen Pflanzen für ein sanftes und nährendes Hautpeeling.

### **Eigenschaften:**

- beschleunigt die Regeneration der Hautzellen
- ersetzt abgestorbene Hautzellen
- erhellt Pigmentflecken, solange diese nicht sehr tief sind
- enthält nährnde Bestandteile, die gut von der Haut aufgenommen werden

### **Die aktiven Bestandteile:**

Bio-Jojobaöl, bio-Jojobakerne, Myrte-Extrakte, Maisfasern, italienische Strohblume und Kamille, Öle aus Lavendel, Fenchel und Majoran.

### **Anwendung:**

Den Inhalt des Gläschens vor dem Gebrauch gut vermischen (die Körnchen neigen dazu, auf den Boden des Gläschens zu sinken)

Abends auf das Gesicht auftragen, etwa zwei Minuten damit sanft in das Gesicht vom unten nach oben hin. Einmassieren. Zehn Minuten einwirken lassen, die Körner fallen von alleine ab und den Rest mit sauberen Händen abwaschen. Man sollte darauf achten, die Haut bis zu einer Stunde nach der Behandlung nicht der Sonne auszusetzen.

**Für die Regeneration der Gesichtshaut:** Die Behandlung alle drei Wochen wiederholen.

**Zur Behandlung von Pigmentflecken:** Die Behandlung einen Monat lang, jeden Abend durchführen. Es wird empfohlen, die Behandlung jeweils danach mit dem **geweberegenerierendem Öl** zu verstärken.

**Bemerkungen:** nicht für fettige Haut geeignet

## **Balsam für Augensäcke, dunkle Kreise und Falten in der Augengegend; Ersatz für Tagescreme [TSUKIM]**

**Allgemeine Beschreibungen:** Ein nährender und straffender Balsam. Enthält Pflanzen, die sich in der Natur zusammenziehen, um sich vor Flüssigkeitsverlust zu schützen. Sofort nach dem Auftragen wird eine Art Straffung der Gesichtshaut empfunden.

**Eigenschaften:**

- reich an Antioxidantien
- hinterlässt keinen Fettfilm nach dem ersten Einziehen
- unterstützt die zu Seborrhoischem Ekzem neigende Haut

**Die aktiven Bestandteile:** Johanniskraut, Geranium, Artemisia, Zypresse, Majoran, italienische Strohblume, Sheabutter und ein darin enthaltener Lichtschutzfaktor 13, Jojobaöl.

**Gebrauchsempfehlung:** In die Falten gut einmassieren, um die Haut zu glätten.

Um die Augen herum (nicht für zu Allergien neigender Haut;

**Blutgruppe O** – erst eine kleine Menge probieren; eine Anwendung dicht an den Augen in der ersten Woche meiden): eine sehr kleine Menge auf die gewünschte Stelle abends einreiben (empfohlen nach der Reinigung mit dem **Gesichtswasser für den Abend** und Nahrung mit dem **Nährungs-Serum fürs Gesicht**; ebenso wird die **sanfte Peeling-Maske** alle 10-14 Tage empfohlen).

Zur Verringerung dunkler Stellen unter den Augen wird manchmal viel Zeit benötigt, sogar bis zu neun Monaten.

**Morgens:** Einreiben anstelle von Tagescreme oder in Kombination mit der **Creme für trockene Haut**, die im Folgenden beschrieben wird. (Empfohlen nachdem die Tönung der Gesichtshaut mit dem **morgendlichen Gesichtswasser** aufgehellt wurde).

Immer kleine Mengen verwenden, da die Creme sehr konzentriert ist.

## **Nährserum fürs Gesicht [MESHI]**

**Allgemeine Beschreibungen:** Extraktmischung in Pflanzenöl zusammen mit ätherischen Ölen zur Behandlung, Nahrung und Schutz trockener Haut.

Besonders für die Behandlung der Gesichtshaut geeignet, jedoch auch für den Bauch bei Schwangeren.

**Eigenschaften:**

- Beschleunigt die Regeneration der Hautzellen.
- antioxidant
- reich an essentiellen Fettsäuren

- enthält pflanzliche, gewebergenerierende Hormone (in kleiner, jedoch für die Haut relevanter Konzentration)
- (leichter) Lichtschutzfaktor
- für zu Seborrhoischem Ekzem neigende Haut empfohlen

### **Die Aktiven Bestandteile:**

Olivenöl (Als Basis für die Extrakte), Jojobaöl, Weizenkeimöl, Geraniumextrakt, Myrteextrakt, Sesamöl, Artemisiäxtrakt, Beta-Karotin (aus der Donaliella-Alge oder aus Palmenfruchtschalen), Ylang-Ylang, Etrogsschalen-Extrakt, Extrakt der italienischen Strohblume, Lavendelextrakt, Fenchelöl, Zypressenextrakt, Ringelblumen - und Zitronenstrauchextrakt.

### **Anwendung:**

Kann ohne Beschränkung stets auf Gesicht und Dekollete angewendet werden. Empfohlen wird mindestens eine tägliche Anwendung am Abend. Geeignet als Makeup-Grundlage (in der ersten Woche die dichte Augenregion meiden) kann mit der **Anti-Aging-Creme** kombiniert werden, die im Folgenden beschrieben wird (und nach dem Serum aufgetragen wird). Wirksam auch bei Schwangerschaftstreifen auf dem Bauch, wirkt auch prophylaktisch. Verbessert die Dehung von Muttermund (zwei Wochen vor der Geburt täglich einmassieren).

### **Anmerkungen:**

Zur Behandlung geröteter oder zu Kuperose neigender Haut, oder bei Pigmentation. Empfohlen in Verbindung mit dem **Gewebe regenerierendem Öl** anzuwenden. Nicht für fettige Haut geeignet.

## **Anti-Aging Creme für trockene Haut [KARMELE]**

**Allgemeine Beschreibungen:** Creme aus ausschließlich pflanzlichen Inhaltsstoffen und Wasser des Toten Meeres, zur reichlichen Nahrung und Schutz für sensible Haut. Insbesondere geeignet zur Behandlung trockener Gesichtshaut. Ersetzt diverse chemische und "natürliche" Cremes, die Konservierungsstoffe und Stabilisatoren enthalten. Reich an antioxidanten Inhaltsstoffen, Talgausscheidung-Regulatoren und Vitaminen.

### **Eigenschaften:**

- beschleunigt die Regeneration der Hautzellen
- reich an pflanzlichen und mineralischen Antioxidantien
- reich an essentiellen Fettsäuren
- enthält pflanzliche, gewebeerneuernde Hormone (in kleiner, jedoch für die Haut relevanter Konzentration)

**Die aktiven Bestandteile:** Jojobaöl, Olive, Weizenkeim, Salbeikerne, Muskatellersalbei (reich an nährenden Säuren), Geranium (anregend), Avokado, Myrte (reguliert Talgausscheidung), Sesam, italienische Strohlblume (Gewebe regenerierend), Lavendel, Fenchel und Kamille (beruhigen), Zitronenstrauch, Grapefruit, Etrog und Sheabutter; Extrakte aus Olivenblättern, Zitrusfruchtschalen, Zypressenblättern, Beta-Karotin (aus rotem Palmöl), Artemisia (entzündungshemmend), Inula viscosa, Schlafbeere (und Äpfel, bio-Alkohol, Totes Meer-Wasser.)

**Anwendung:**

Kann ohne Beschränkung stets auf Gesicht und Dekollete angewendet werden. (in der Augengegend: möglichst nachdem die Creme eine Woche lang an anderen Stellen im Gesicht verwendet wurde) Empfohlen wird mindestens eine tägliche Anwendung am Abend. Für sehr trockene Haut ist eine Ergänzung mit dem Nährserum für das Gesicht zu empfehlen.

Zur Ergänzung einer regelmäßigen, pflanzlichen Behandlung der Haut wird die morgendliche Erfrischung und Straffung der Gesichtshaut mit dem **Gesichtswasser für den Morgen** empfohlen sowie die abendliche Gesichtereinigung- und -Entspannung mit dem **Gesichtswasser für den Abend**;

Die Gesichtshaut am Morgen zu schützen mit dem **Balsam für Augensäcke, dunkle Kreise und Falten** in der Augengegend (auch für Säcke um die Augen und Fältchen); abends ein sanftes Peeling mindestens einmal die Woche ausführen mit der **sanften Peeling-Maske**.

## **Anti-Aging Creme für gemischte Haut [ZOHAR]**

**Allgemeine Beschreibungen:** Creme aus ausschließlich pflanzlichen Inhaltsstoffen und Wasser des Toten Meeres, zur reichlichen Nahrung und Schutz für sensible Haut. Insbesondere geeignet zur Behandlung gemischter bis fettiger Haut. Ersetzt diverse chemische und "natürliche" Cremes, die Konservierungsstoffe und Stabilisatoren enthalten. Reich an antioxidanten Inhaltsstoffen, Talgausscheidungs-Regulatoren und Vitaminen.

**Eigenschaften:**

- beschleunigt die Regeneration der Hautzellen
- reich an pflanzlichen und mineralischen Antioxidantien
- reich an entzündungshemmenden Stoffen
- enthält pflanzliche, geweberegenerierende Hormone (in kleiner, jedoch für die Haut relevanter Konzentration)

**Die aktiven Bestandteile:** Jojobaöle, Olive, Weizenkeim, Geranium, Myrte , Sesam, Schlafbeere, Inula viscosa Lavendel italienische Strohblume Fenchel , Zitronenstrauch, Etrog und Grapefruit, Sheabutter; Extrakte aus Olivenblättern, Zitrusfruchtschalen, Artemisia und Äpfel , bio-Alkohol, Totes Meer-Wasser.

**Anwendung:** Kann ohne Beschränkung stets auf der Gesichtshaut angewendet werden (in der Augengegend: Möglichst nach dem die Creme eine Woche lang an anderen Stellen im Gesicht verwendet wurde). Empfohlen wird mindestens eine tägliche Anwendung am Abend.

Zur Ergänzung einer regelmäßigen, pflanzlichen Behandlung der Gesichtshaut wird die morgendliche Erfrischung und Straffung der Gesichtshaut mit dem **Gesichtswasser für den Morgen** empfohlen sowie die abendliche Gesichtereinigung und -Entspannung mit dem **Gesichtswasser für den Abend** (vor dem Auftragen der Creme für Mischhaut).

## **Die Behandlung der zu Akne neigenden Haut**

### **Hintergrund**

Akne ist eine Krankheit der in der Haut befindlichen Haarfollikel.

In jedem Haarfollikel befindet sich ein winziges Haar und eine vielteilige Talgdrüse. Fettdrüsen erzeugen Talg, eine fetthaltige Flüssigkeit. Unter normalen Umständen bewegt sich der Talg am Haarfollikel entlang an die Hautoberfläche. Wenn Akne entsteht, setzt sich der Talg im Haarfollikel fest. Akne entsteht an Stellen, in denen sich Fettdrüsen in viel größerer Dichte zueinander befinden: Gesicht, Kopfhaut, Hals und Nacken, Brust, Arme und Schultern.

Akne entsteht meistens, wenn der Körper beginnt, Androgene (Geschlechtshormone) zu erzeugen. Die Androgene vergrößern die Produktion von Talg in die Fettdrüsen und dieses Phänomen ist normal; jedoch, wenn die Androgene eine Überstimulation der Fettdrüsen verursachen, entsteht Akne.

### **Auf chemischen Medikamenten basierende Behandlungen**

Unter den geläufigen Behandlungen heutzutage sticht das durch Schlucken einzunehmende Medikament Roaccutane als besonders populär hervor. Dieses Medikament fördert die Verringerung der Talgausscheidung.

Jedoch handelt es sich dabei um ein starkes Medikament, das schon zu Fällen irreversiblen Leberschadens von Patienten geführt hat. Zusätzliche



Nebenwirkungen: Depression, übermäßige Trockenheit an verschiedenen Körperteilen

Dieses Medikament ist zudem während der Schwangerschaft verboten.

### **Alternative pflanzliche Behandlungen**

Mischungen bestimmter ätherischer Öle und anderer pflanzlicher Extrakte, können - wie im Folgenden erläutert wird – Pickel, sofort wenn sie entstehen, behandeln.

Die Extraktmischung ist dazu fähig, in den Pickel einzudringen und die sich darin befindlichen Bakterien zu töten, ohne dabei die Haut übermäßig zu reizen. Die Pflanzen enthalten Hunderte chemischer Bestandteile, die auf synergetische Weise gegen die Bakterien handeln, ohne dass höhere Konzentrationen erforderlich sind, die zu anderen Schäden im Körper führen können. Bei einer größeren Stelle die zu Akne neigt, hat sich eine Mischung aus pflanzlichen Extrakten in Wasser als erfolgreich erwiesen, die Haut zu desinfizieren ohne sie zu reizen (Pflanzen wie: Lavendel, Wüstendost, Kampfer , Schopflavendel und Zitrone). Bestimmte Pflanzen wie die italienische Strohblume, helfen zudem dabei, eine Herausbildung von Narben zu verhindern.

Während die zwei oben genannten Behandlungen äußerlich sind, besteht der Vorteil einer kombinierten Behandlung, die eine geringere Reizung der Fettdrüsen ermöglicht. Solch eine Behandlung wird mit Kräutertees unterstützt, die die Nieren- und Leberaktivität unterstützen, wie im Folgenden beschrieben wird.

Ergänzende Empfehlungen:

Es wird empfohlen, keine Gesichtsseifen zu verwenden, da diese die Poren öffnen und sie einer übermäßigen Verunreinigung aussetzen. Ebenso sollten künstliche Pflegeprodukte gemieden werden. Im Falle von bleibenden Narben nachdem die Pickel verschwunden sind, können diese vertuscht werden (manchmal verschwinden sie auch vollständig) mit Hilfe des **Gewebe regenerierendem Öl** jedoch erst, nachdem die von Pickeln betroffene Haut abgeheilt ist.

## Entgiftungstee [NIKUZIT]

**Allgemeine Beschreibungen:** Mischung aus getrockneten Kräutern und ätherischen Ölen für einen Tee-Aufguss. Neutralisiert und spült die Gifte heraus, die sich im Körper angesammelt haben infolge von Erkrankungen, Allergien auf Nahrungsmittel oder auf die Umgebung (Zum Thema Allergie

auf Nahrungsmittel kann die Ernährung an die Blutgruppe angepasst werden); Verwendung von Medikamenten; hormonelle Veränderungen; Spannung, Druck und Ausgesetztsein an chemischen Stoffen in der Umgebung. Symptome, die auf eine Ansammlung von Giften im Körper hinweisen, sind u.a.: anhaltende Müdigkeit, Gelenkschmerzen, Haarausfall, Pickel, Furunkel, Aften (Wunden im Mundraum), Schuppenflechte oder Schuppenflechte an Nägeln mit einbegriffen, Neurodermitis (bei denen, die die genetische Veranlagung dazu haben), Ausbruch von Candida an den Nägeln und auf der Haut.

Zur Verwendung in der Genesungsphase empfohlen (hilft bei dem Ausschwemmen jener Gifte, die Viren und Bakterien in den Körper einschleusen); Zur gründlichen Behandlung bei chronischen Erkrankungen (Entzündungen, Allergien u.ä.); Als Unterstützung zur Diät (neutralisiert ein diätbegleitendes Müdigkeitsgefühl); Für Menschen mit Unterfunktion der Schilddrüse. In vielen Fällen sieht der Urin dunkler aus als zu Beginn der Anwendung, da der Körper beginnt, sich von Giften zu reinigen.

### **Eigenschaften:**

- beschleunigt den allgemeinen Stoffwechsel
- erhöht die Leber- und Nierenaktivität
- stärkt die Aktivität des Immunsystems
- Im Gegensatz zu vielen anderen Kräutermischungen zur Stärkung der Leber ist dieser Tee angenehm im Geschmack. Zutaten: Bohnenkraut, Weizengras, Brennessel, Taraxacum ,Citrus medica , Minze , Salvia sclarea, Maisfasern , Salvia officinalis , italienische Strohblume

### **Anwendung:**

**Zubereitung:** Einen Teebeutel mit einem Liter kochendem Wasser aufgießen. Mindestens 15 Minuten ziehen lassen; kann warm oder kalt getrunken werden.

**Dosierung:** Eine halbe Tasse am Tag, im Verlauf der ersten zwei Tage; Eine Tasse am Tag am weiteren zwei Tagen; zwei Tassen am Tag an weiteren zwei Tagen, 3 Tassen am Tag im Verlauf von zwei Wochen.

Die Behandlung kann nach einer Pause von einem Monat wiederholt werden, oder ohne Unterbrechung.

**Gebrauchseinschränkungen:** Für Kinder unter 12 Jahren und bei hohem Blutdruck kann bis zu einer halben Tasse am Tag getrunken werden. Nicht geeignet für Kinder unter sechs Jahren. Die Behandlung ist insbesondere bei den Übergängen der Jahreszeiten empfohlen.

**Bemerkungen:** Im Verlauf der Behandlung sollte die Flüssigkeitsaufnahme erhöht werden. Es können nach Bedarf Süßungsmittel oder Zitronen

hinzugefügt werden. Zusätzliche Mittel zur Stärkung der Leber und der Nieren (kann zwischen den Behandlungen durchgeführt werden): Das Trinken von Saft aus Weizengras oder Gerste; Saft aus Karottenwurzeln und Rüben, sowie Seleriestangen (ungekocht), Artischocke und deren Kochwasser; Petersiliensaft.

## Hautdesinfektionswasser [ZORI]

Flüssiges Präparat zur Desinfektion und Unterstützung der Hautregeneration bei Akne.

### **Eigenschaften:**

- beschleunigt die Blutgerinnung (homeostatisch)
- schmerzlindernd
- beschleunigt die Regeneration des Gewebes und beugt Narben vor
- desinfiziert

### **Empfohlene Inhaltsstoffe:**

wässrige Extrakte aus Nelken, Artemisia, Bohnenkraut und italienische Strohblume mit Alkohol aus Traubengärung unter Zusatz ätherischer Öle des Ysop, der italienischen Strohblume, Zitrone und Johanniskraut

### **Anwendung:**

Tägliche Gesichtsreinigung (abends). Man muss es nicht mit Wasser abwaschen.

Im Falle von stellenweisen, einzelnen Pickeln, wird empfohlen, sie mit dem Öl **zur Behandlung von Pickeln** einzuweichen. Im Falle von vielen Pickeln auf einer größeren Fläche wird zusätzlich noch das Öl **zur Behandlung breitflächiger Allergien** empfohlen.

**Auch für empfindliche Haut von Männern nach dem Rasur (Pickeln, besonders im Halsbereich) geeignet.**

## Feuchtigkeit- und harmonisierende Creme für die von Akne betroffener Haut [NEVE]

**Allgemeine Beschreibungen:** Creme ausschließlich aus Pflanzen und Wasser aus dem Toten Meer, zur Nahrung und zum Schutz bei trockener Haut. Besonders geeignet für die Behandlung von zu Pickeln und Akne neigender Haut.

### **Eigenschaften:**

- reich an Antioxidantien und Vitaminen
- enthält pflanzliche, gewebergenerierende erneuernde Hormone (in kleiner, jedoch für die Haut relevanter Konzentration)
- enthält Mineralien mit entzündungshemmender Wirkung

**Aktive Inhaltsstoffe:** Olivenöle, Inula viscosa, Geranium, Schlafbeere, Kamille, Kiefer, italienische Strohblume, Kampfer, Zimt, Zitrusfrüchte, Teebaum, Lavendel, Minze, Zitrone, Ylang-ylang, Olivenblattextrakte, Zitrusfruchtschalen, Lavendel und Äpfel; Wasser des Toten Meeres, Magnesium (öffnet die Hautporen)

**Anwendung:** Vor dem Schlafengehen dünn auftragen, bis diese völlig eingezogen ist. Es wird eine einwöchige Anwendung empfohlen; danach je nach Bedarf.

**Bemerkungen:** Zur Behandlung wird zusätzlich die Einnahme des **Entgiftungstees** empfohlen.

Zur Vervollständigung einer regelmäßigen und pflanzlichen Behandlung wird die abendliche Gesichtereinigung mit dem **Hautdesinfektionswasser** (vor dem Auftragen der Creme) empfohlen sowie das Einwirken mit dem **Öl zur Behandlung stellenweiser Pickel** an den betroffenen Stellen.

## Öl zur Behandlung breitflächiger Entzündungen [NIMIT]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Mischung ätherischer Öle und Pflanzenextrakten (in Olivenöl oder Jojobaöl) in einer besonders sanften Zusammensetzung. Geeignet zur Behandlung von Pickeln an breiteren Stellen: Rücken, Brust, Arme ; bei Muskel- und Sehnenentzündungen (**auch Tennisarm**); bei Brustentzündungen während der Stillzeit.

### **Eigenschaften:**

- entzündungshemmend
- antibakteriell
- erhöht die örtliche Aktivität des Immunsystems

**Empfohlene Inhaltsstoffe:** Aufgüsse in Olivenöl aus Geranium, Knoblauch und Myrte in Kombination mit ätherischen Ölen aus Zimt, Nelke, Bohnenkraut, Zitrusfruchtblättern und Ylang

### **Anwendung:**

**Zur Behandlung von Akne:** Eine dünne Schicht jeden Abend vor dem Schlafengehen in die betroffene Haut einmassieren bis diese vollständig von der Haut aufgenommen wurde.

**Zur Behandlung von Muskel- und Sehnenentzündungen** (nicht für Gelenke geeignet):

Örtlich einziehen lassen (ohne Einmassieren, um einer Verbreitung der Entzündung vorzubeugen), alle drei Stunden in den ersten zwei Tagen und dreimal am Tag im Verlauf einer weiteren Woche.

**Bei einer Brustentzündung zur Stillzeit:** Zuerst stillen und daraufhin das Öl in die Brust einmassieren. Die Behandlung muss bei Auftreten von Sensibilität des Säuglings auf den Stoff abgebrochen werden (länger anhaltende Rötung, verminderter Appetit oder Erbrechen).

**Bemerkungen:** Während der Behandlung wird die Einnahme des **Entgiftungstees** empfohlen.

## Öl zur Behandlung stellenweiser Pickel und Hautverunreinigungen [ALMOGAN]

**Allgemeine Beschreibungen:** Mischung aus Pflanzenextrakten in Olivenöl mit einer Vielfalt ätherischer Öle. Besonders empfohlen zur punktuellen Behandlung von Pickeln bei Jugendlichen, Furunkeln, Entzündungen und Pilzen um die Finger- und Zehennägel. Wirksam auch gegen Warzen. Passend bei hartnäckigem Hautpilz.

**Eigenschaften:** Stoppt die Bildung von Bakterien und Pilzen. Dazu wirksam gegen das Bakterium *Staphylococcus aureus*, welches für die Eiterbildung in Pickeln verantwortlich ist.

**Empfohlene aktive Inhaltsstoffe:** Extrakte aus Geranium und Myrte in Olivenöl unter Zusatz von ätherischen Ölen von Lippenblütlern, die reich an Thymol und Carvacrol sind wie: Dost sowie Öle aus Fichte, Zitrone, Zimt, Zitrusblättern, Mayoran und Myrte.

**Anwendung:** Zur Behandlung von Akne: Punktweise auf die Stelle/den Pickel mithilfe eines Fingers oder Wattestäbchens auftragen und einmassieren bis vollständig eingezogen. Zweimal täglich auftragen, bis er verschwunden ist. Das Präparat ist besonders wirksam, wenn die Beschwerden gerade erst entstanden sind (zwei bis drei Tage nach dem Auftreten).

Im Falle einer breiteren Region ist das Gesicht jeden Abend mit dem **Hautdesinfektionswasser** zu behandeln.

### Zur Behandlung von Warzen:

Viermal täglich eine Woche lang einreiben. Im hartnäckigen Fall kann man mit dem Nagelpilz-Öl zweimal täglich behandeln.

## Zur Behandlung von hartnäckigem Hautpilz:

Zweimal am Tag einmassieren und einmal am Tag innerhalb von weiteren zwei Wochen.

**Anwendungseinschränkung:** In diesem Öl befinden sich hoch konzentrierte ätherische Öle. Daher ist das Mittel nicht unter dem Alter von zehn Jahren zu verwenden.

Ebenso sollte es nicht auf einer größeren Hautfläche angewendet werden bzw. auf sensiblen Stellen wie Augenregion, Achseln, im Schritt und auf den Geschlechtsorganen. Nicht auf offenen Wunden verwenden. Hände gründlich nach dem Gebrauch waschen und Augenkontakt meiden. **Im Falle von Augenkontakt sind diese mit in Speiseöl getränkten Wattepad und erst danach mit Wasser auszuwaschen.**

**Bemerkungen:** Das Mittel ruft eine vorübergehende Rötung auf der Haut des Patienten hervor (bis zu zehn Minuten). Im Falle von Pickeln auf größerer Fläche, sollte bevorzugt das **Öl zur Behandlung breitflächiger Entzündungen** verwendet werden.

## Behandlung bei **Seborrhoischem Ekzem** auf der Gesichtshaut

Seborrhoischem Ekzem im Gesicht kommt häufig in den Nasenwinkeln und zwischen den Augenbrauen in Form von rötlicher und pellender Haut vor. Das Phänomen kommt bei Menschen der Blutgruppe A häufiger vor.

Der **Nährserum fürs Gesicht** hilft sehr zur Behandlung der betroffenen Haut. Es wird auch empfohlen, kosmetische auf Chemie basierende Stoffe und Seifen zu meiden. Ebenso empfehlenswert ist die Einnahme des **Entgiftungstees**.

Im Falle von Seborrhoischem Ekzem auf der Kopfhaut ist die Kopfhaut mit der **Serum zur Kopfhautreinigung** einzuweichen.

## Behandlung narbiger Haut

Narben treten hauptsächlich in Folge von Hautschäden auf: Von Aknepickeln bis zu Verbrennungen, Schnittwunden oder Operationen. An der betroffenen Stelle bildet der Körper eine Blockade mit Hilfe von Kollagen. Diese Blockade enthält weder Schweißdrüsen noch Haare, weshalb sie im Verhältnis zu der sie umgebenden Haut glatt und glänzend erscheint. Um die Blockade an der Stelle zu unterstützen, neigt die Narbe dazu, um vieles dicker zu sein als die sie

umgebende Haut. Im Verlauf des Heilprozesses sendet der Körper das Enzym Kollagenase um überschüssiges Kollagen abzubauen.

Medizinische Behandlungen von Narben enthalten heutzutage Druckbinden aus Silikonlagen sowie diverse silikonhaltige Cremes, Kollagen und weitere.

Die italienische Strohblume (*Helichrysum italicum*), die mit dem israelischen **Helichrysum sanguineum** "Makkabäerblut" verwandt ist, hat sich als besonders wirksam erwiesen bei der äußerlichen Behandlung von Entzündungen, Verbrennungen, Narben, und Blutergüssen.

Bei einem vorläufigen Versuch bei einer Hautimplantation stellte sich heraus, dass die Hinzugabe von Pflanzenextrakten der italienischen Strohblume zu einem schnellen und geordneten Wachstum der Blutgefäße an der betroffenen Stelle beitrug. Zusätzlich zur Hilfeleistung bei der Bildung von Blutgefäßen an betroffener Stelle, verbinden Stoffe in der Pflanze, wie Itolidion, mit Fibrin, ein Stoff der die Durchblutung verhindert und so eine Lösung der Blockaden in den feinen Fasern ermöglicht; somit kann das Enzym Kollagenase in die Nähe der Narbe gelangen.

Als Behandlung von narbiger Haut wird das Einweichen mit dem **geweberegenerierendem Öl** abends empfohlen. Man sollte diese Behandlung vor und nach einem operativen Eingriff durchführen. Die Inhaltsstoffe dieses Öls helfen sogar bei dem Schließen offener Wunden sofort nach der Operation. Narben können auf wirksamere Weise beseitigt werden, wenn diese weniger als ein Jahr alt sind. Zu Beginn des Abheilens einer Wunde ist oftmals eine örtliche Rötung zu sehen, die bereits nach einem Tag nach dem Anwenden des Pflanzenextraktes vorübergeht. Im Falle von Akne sollte man das **Hautdesinfektionswasser** anwenden.

## Geweberegenerierendes Öl [MACCABIM]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Ölmischung, basierend auf der außerordentlichen Wirkung der italienischen Strohblumenpflanze auf das System der Blutgefäße und des zusätzlichen Gewebes. Die italienische Strohblume ist als genießbare Pflanze bekannt.

Innerlich angewendet hilft die italienische Strohblume bei Herzkrankheiten, bei der Behandlung von inneren Blutgerinnseln, bei hohem Blutdruck und bei der Senkung des Cholesterinspiegels (der Bestandteil Itolidion bindet sich an die Cholesterinträger im Blut); hinzu tragen diverse pflanzliche Hormone des Gewächses zu einer Verbesserung der Leberaktivität bei. Äußerlich angewendet trägt er zu einem Verschwinden von Blutergüssen bei (idealerweise bei zwei Monate oder weniger alten Ergüssen) sowie zur



Heilung einer verwundeten Hautregion (Schützt vor einer Verschlimmerung von Druckwunden und Hämatomen bei älteren Menschen und bei Zuckerkranken), oder Verbrennungen, Verringerung von Narben und Verringerung von Kuperose im Gesicht. Besonders wirksam bei Zahnfleischentzündungen sowie bei der Behandlung von Fissuren.

Aufgrund seiner vielfältigen Heileigenschaften wird dieses Öl in jedem Haushalt als "Erste Hilfe" empfohlen.

### **Eigenschaften:**

- beschleunigt die Regeneration der feinen Blutäderchen im Gewebe (Stoffe, die die Geweberegeneration fördern)
- Lösung von Blut aus einem Blutgerinnsel hinaus – manchmal schon innerhalb weniger Stunden
- Erhöhung des Muskeltonus der Blutgefäße
- Mäßige desinfizierende Wirkung
- reich an pflanzlichen Hormonen mit antiviraler, entzündungshemmender und geweberegenerierender Aktivität
- starke antioxidante Wirkung
- viele entzündungshemmende Inhaltsstoffe aufgrund pflanzlicher Hormone (Flavonoide, Neryl Acetat, verschiedene Glukosiden usw.)
- eine starke allergiehemmende Wirkung

**Empfohlene aktive Inhaltsstoffe:** Extrakte in Olivenöl sowie ätherischem Öl der italienischen Strohblume (*Helichrysum italicum*) unter Zusatz von Extrakten und Ölen aus Lavendel und Myrte.

**Anwendung:** Äußerlich zur Heilung von Verbrennungen, Blutgerinnseln (Besonders jene, die bei Patienten entstehen, die Medikamente zur Blutverdünnung einnehmen) oder zum Vertuschen von Narben: Alle drei Stunden auf der im Härtefall betroffenen Stelle einmassieren und je nach Bedarf kann mit einer Häufigkeit von ein- bis zweimal am Tag ohne zeitliche Begrenzung fortgefahren werden.

**Behandlung von Zahnfleischentzündungen:** Das Zahnfleisch abends vor dem Schlafengehen einmassieren. Das Zähneputzen mit einer detergentshaltigen Zahnpasta sollte vermieden werden (Das **Spray zur Mundreinigung** kann anstelle von Zahnpasta verwendet werden).

**Behandlung von Fissuren:** Einen Docht aus Watte zwirbeln, darauf etwas **Salbe zur Behandlung von Hämorrhoiden** auftragen und einige Tropfen **Gewebe regenerierendem Öl** darauf geben. Jeweils über Nacht in der Aftergegend einwirken lassen und diese Behandlung zwei Wochen lang durchführen.

**Besondere Zusammensetzung für die innere Anwendung (Senkung des Cholesterinspiegels, innere Heilung von Blutungen, Zuckerkrankheit, Magengeschwür):**

Jeweils zwei Tropfen zweimal am Tag (in einem Glas Wasser), 15 Minuten vor der Mahlzeit.

**Lupus:** Einmal am Tag in die gewünschten Stellen einwirken lassen.

**Hautallergie:** Abends in die Haut einwirken lassen. Eine parallele Einnahme des **Entgiftungstees** ist empfehlenswert.

**Herpes (aller Art):** Zweimal täglich äußerlich auf die Haut auftragen. Eine parallele Einnahme des **Entgiftungstees** ist empfehlenswert.

**Für Haustiere:** Auf offene Wunden und Schnitte sprühen um zu einer schnellen Abheilung beizutragen.

**Gebrauchsbegrenzung:** Die innere Anwendung bei Schwangeren im ersten bis dritten Monat ist nicht zu empfehlen.

**Behandlung bei zu Couperose neigender Haut:**

Kuperose sind rötlich hervorstehende Äderchen unter der dünnen und feinen Gesichtshaut. Die empfohlene Behandlung enthält das abendliche Auftragen des **Nährserums fürs Gesicht** und daraufhin wird das **Gewebe regenerierende Öl** auf die rötlichen Stellen aufgetragen. Meiden Sie Peelingmasken, Sonnenbestrahlung und verringern Sie die Anwendung von chemischen kosmetischen Mitteln.

## Behandlung von Hautpigmenten

Eine stetige Pigmentation spezifischer Hautstellen kann von Geburt an auftreten oder sie entstehen im Laufe der Jahre als Folge von Sonnenbestrahlung, abgeheilten Narben, Hormonellen Veränderungen (wie nach Geburten oder hormonellen Behandlungen) Medikamenteinnahme oder Allergien auf Stoffe in der Nahrung oder im Umfeld.

Gelegentlich tritt eine Rötung vor der dunklen Hautpigmentation auf; in dieser Phase kann man die Stelle leicht mithilfe des **Gewebe regenerierendem Öl** behandeln.

Die tägliche Behandlung mit dem **Gewebe regenerierenden Öl** ist auch bei älteren Flecken wirksam, jedoch ist eine Behandlung über mehrere Monate durchzuführen.

Die empfohlene Behandlung bei Pigmentation: Anwendung des **Nährserums für das Gesicht** und danach des **gewebe regenerierenden Öls** . Neigt die

Haut zu Akne, ist statt dem **geweberegenerierendem Öl** das **Hautdesinfektionswasser** zu verwenden.

Meiden Sie Peelingmasken, Sonnenbestrahlung und verringern Sie die Anwendung von chemischen kosmetischen Mitteln. Je jünger die Pigmentation ist, umso bessere Ergebnisse können erzielt werden. Im Falle einer Pigmentation, die vor wenigen Monaten entstanden ist, ist der Erfolg dementsprechend groß.

## Behandlung von Hautpilz

Salbe gegen Hautpilz [MAZOR]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Mischung ätherischer Öle in Palmöl, die gegen Pilze gedacht ist, die sich auf feuchten Hautstellen bilden (Zwischen den Zehen oder den Fingern, im Schritt, in den Achselhöhlen, in der Vagina, auf den Brustwarzen zur Stillzeit, auf dem Babyhintern u.ä.); sowie zur Behandlung von Schuppenflechte und Neurodermitis.

### **Eigenschaften:**

- tötet eine große Bandbreite an Pilzen ab
- beschleunigt die Hauterneuerung
- sanft zur Haut

**Empfohlene Inhaltsstoffe:** Ätherische Öle aus Lavendel, Eukalyptus, Kampfer, Ylang, Thymian, Dost, Basilikum, Myrte und Scheinbeeren

### **Anwendung:**

**Bei Hautpilz:** Die Salbe in die betroffene Stelle einreiben. Im Falle von Pilzen in den Zehenzwischenräumen sind auch die ihnen benachbarten Zehen zu behandeln. Die Behandlung ist zweimal am Tag.

### **Zur Behandlung von Schuppenflechte und Neurodermitis:**

Dreimal am Tag auf die betroffenen Stellen auftragen und einreiben und kombinieren mit dem Öl **zur Behandlung von Schuppenflechte**, das abends aufgetragen wird (ebenso sollte der **Entgiftungstee** während der Behandlungszeit getrunken werden)

**Gebrauchsbegrenzung:** Bei Babys sollte man das Auftragen auf eine kleine Menge einmal am Tag (eine Woche lang) beschränken. Im Falle einer rötlichen und brennenden Reizung des Afters des Babys, ist die **schützende Hautsalbe** zu verwenden.

**Bemerkungen:** Bei der Behandlung von Fußpilz ist auch die Behandlung der Schuhe empfohlen mithilfe des **Flächen-Desinfektionssprays (Tägliches Einsprühen während des vollständigen Behandlungszeitraumes)**. Bei hartnäckigen Fällen ist das Einreiben mit dem **Öl zur Behandlung von stellenweisen Pickeln** erfolgreicher.

# Öl zur Behandlung von Pityriasis versicolor (Kleienpilzflechte) [YAARAN]

**Allgemeine Beschreibungen:** Mischung aus Pflanzenextrakten in Öl und ätherischen Ölen, die gegen Pityriasis versicolor wirksam ist (der für die Bildung von weißen Hautflecken im Sommer verantwortlich ist, da der Pilz Pityriasis versicolor die Herstellung des Pigmentes Melanin verhindert. Im Winter sehen diese Flecken rosa aus). Eine sanfte Zusammensetzung ermöglicht eine Anwendung auf größeren Hautflächen.

**Eigenschaften:** Allgemeine Wirkung gegen Pilz, insbesondere gegen Pityriasis versicolor.

**Empfohlene aktive Inhaltsstoffe:** Extrakte aus Inula viscosa in Olivenöl, Knoblauch und Myrte unter Zusatz von ätherischen Ölen aus Bohnenkraut, Lavendel, Eukalyptus und Kampfer.

**Anwendung:** Das Öl einmal am Tag (vor dem Schlafengehen) in die Haut einreiben, bis dieses vollständig eingezogen ist. Die Behandlung einmal täglich eine Woche lang wiederholen, und zweimal wöchentlich im Verlauf von weiteren zwei Wochen. Ist der Pilz noch vorhanden, kann ein weiterer Behandlungsablauf nach einer zweiwöchigen Pause durchgeführt werden.

**Gebrauchseinschränkungen:** Bei Schwangeren und Kindern unter acht Jahren ist dieses Mittel nicht zu verwenden. Nach der Behandlung ist die Sonne zu meiden.

**Bemerkungen:** Es wird empfohlen, die Behandlung mit der Einnahme des **Entgiftungstees** zu kombinieren. In vielen Fällen kommt es zu einer Ablösung mikroskopisch kleiner Partikel von der Kopfhaut auf den Körper; dies kommt besonders bei einer schuppigen Kopfhaut vor. In solch einem Fall wird die Kombination mit der **Lösung zur Kopfhautreinigung** empfohlen. Pityriasis versicolor ist sehr hartnäckig und die Erfolgsrate bei einer Behandlung liegt bei 50%.

## Behandlung bei Nagelpilz

### **Hintergrund:**

Nagelpilz wird als eine örtliche Infektion des Nagels oder des Nagelbetts definiert, die durch Pilzsporen hervorgerufen wird, in Form von Hefepilz oder Schimmelpilz.

Ihr Auftreten führt zu einer Verformung der Nagelform, wobei es zu einer Verdickung kommt, worunter sich ein weißer Staub ansammelt.

Aus einer britischen Studie kam hervor, dass die Häufigkeit von Nagelpilz mit fortschreitendem Alter zunimmt. In den Altersgruppen 16-34 lag die Häufigkeitsquote bei 1.3%, gegenüber von 4.7% bei ab 55 Jährigen. Nagelpilz kann mit der stellenweisen Schwächung des Nagels einhergehen, ebenso nach einer körperlichen Verletzung.

Um eine Ausbreitung zu vermeiden und den Nagelpilz zu bewältigen, muss man sich zu einer stetigen Behandlung über einen Zeitraum von 3 bis zu 18 Monaten verpflichten.

Ein Behandlungserfolg ist von der Ausdauer des Patienten abhängig. Heutzutage schreiben gewöhnliche Behandlungsmethoden antibiotische Salben vor (Daktarin, Canesten, u.a.) sowie die Einnahme von Stoffen wie Griseofulvin oder Terbinafin (Lemisil). Die Einnahme solcher Antibiotika ist desöfteren mit einem Risiko für die Leber sowie mit anderen Nebenwirkungen verbunden.

Heutzutage ist die Behandlung von Nagelpilz mithilfe von Teebaumöl üblich, indem der betroffene Nagel damit eingerieben wird. Jedoch ist solch eine Behandlung mangelhaft bei Fällen von tief sitzendem Nagelpilz.

Wir haben herausgefunden, dass ein Vorteil bei der äußeren Anwendung mit Ölmischungen besteht, die u.a. ätherische Öle aus phenolreichen Pflanzen enthalten (wie Thymiansorten, Oregano, Nelke und Zimt). Die Mischungen die solche Öle enthalten haben sich sowohl als fähig erwiesen, die Hornschicht des Nagels zu durchdringen, als auch in ihrer Wirksamkeit bei der Beseitigung von Pilz. Ebenso findet in solchen Mischungen eine kombinierte Aktivität vieler Inhaltsstoffe gemeinsam statt im Gegensatz zu einem einzigen chemischen Stoff wie er in den Antibiotika enthaltenden Medikamenten vorkommt.

Gelegentlich entwickelt sich Nagelpilz in Folge einer Komplikation von Hautpilz (zum Beispiel die Art *Trichophyton rubrum*, die sowohl Fuß- und Zehnpilz als auch Nagelpilz bildet). Um auch eine Ausbreitung des Pilz auf die benachbarten Nägel zu vermeiden, empfiehlt sich eine kombinierte Behandlung mit dem Nagellack und Mazorcreme.

Die Behandlung um die Haut herum ist ebenso für die Bildung eines schützenden Fettfilms von Bedeutung, da die gegen Pilz wirksamen Öle die Haut anzugreifen drohen und zu einer Rötung, zu Brennen und manchmal sogar zu Bläschen (bei 1% der Patienten im Alter von 18-70 Jahren) führen können.

Die Behandlung mit einer Antipilz-Salbe um die Nägel herum ist auch wirksam bei einer Hautentzündung, die manchmal in Folge von Nagelpilz entstehen kann.

Bei Fällen in denen die Ölzusammensetzung zu aggressiv ist (und bei den Altersgruppen 70 und älter), kann man auf eine alternative Zusammensetzung umsteigen, die eher auf Pflanzen wie Kampfer, Dost und Lavendel basiert.

Kandida ist eine der Ursachen für Nagelpilz. Dies ist eine Art Hefepilz, die in den Gedärmen vorkommt zusammen mit vielen Mikroorganismen die bei der Zersetzung und Aufnahme von Nahrung behilflich sind.

Eine hefefördernde Nahrung (wie Zucker und Weißmehl) sowie eine Einnahme von Stoffen, die den guten Bakterien in den Gedärmen schaden (wie durch Schlucken eingenommene Antibiotika), können zu einer verstärkten Bildung der Darmkandida führen, das sowohl eine Pilzbildung an verschiedenen Körperteilen sowie weitere Symptome wie Müdigkeit zur Folge hat.

Demnach kann eine Umstellung auf eine bessere Ernährung; die Einnahme des **Entgiftungstees** als auch probiotischen Bakterien wie Acidofilus als eine vervollständigende Behandlung betrachtet werden.

Im Falle eines länger bestehenden Nagelpilz kann das Feilen des Nagels ein schnelleres Einziehen des pflanzlichen Präparates bewirken. Ebenso ist es empfehlenswert, die Schuhe mit dem **Spray zur Flächenweisen Desinfektion** zu desinfizieren um eine wiederholte Ansteckung zu vermeiden.

Der Nagel ist ein toter Körperteil, deshalb erscheint das Abtöten des Pilzes nicht als eine Rückführung zum vorherigen Zustand des Nagels. Demgegenüber ist innerhalb von zwei bis drei Tagen seit Beginn der Behandlung eine Erleichterung zu verspüren (Beendung des Juckreizes u.ä.).

Die Heilung wird einzig und allein von der Nagelwurzel aus sichtbar, indem dort das Wachsen von gesundem Nagel zu beobachten ist.

Ebenso ist eine Veränderung der Nagelschattierung in Folge des abgetöteten Pilz zu sehen (der zuvor einen weißen Staub gebildet hatte).

## Öl zur Behandlung von Nagelpilz [SEPHORRIS]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Mischung aromatischer Öle, die besonders gegen Nagelpilz wirksam ist.

### **Eigenschaften:**

- schnell eingezogen in den Nagel
- eine die Pilzentwicklung stoppende Wirkung

- eine besonders starke antibakterielle Wirkung

### **Die aktiven empfohlenen Inhaltsstoffe:**

Aromatische Öle aus Thymian, Bohnenkraut, Oregano, Zimt, Nelken, Ylang und Rosmarin; Samenöl aus *Azadirachta indica*

**Anwendung:** Im Fall von sowohl Nagelpilz als auch Pilz zwischen den Zehen ist zuerst der Hautpilz mithilfe der **Salbe gegen Hautpilz** für mindestens eine Woche (bis zur teilweisen Heilung – Hautregeneration) zu behandeln, bevor mit der Behandlung mit dem **Öl zur Behandlung von Nagelpilz** begonnen wird.

Die **Salbe gegen Hautpilz** ist um den Nagel herum einzureiben, bevor sie auf den hornigen Teil aufgetragen wird, um jeden Hautkontakt zu vermeiden und um eine Ausbreitung des Pilzes auf benachbarte Nägel zu unterbinden. Mithilfe einer Bürste ein bis zwei Tropfen auf den hornigen Teil des betroffenen Nagels auftragen und darauf achten, dass das Mittel vollständig auf dem Nagel verteilt wird.

Die Behandlung ist zweimal am Tag zu wiederholen (morgens und abends). Es ist auch empfehlenswert, einmal am Tag die gesunden Nägel zu behandeln, die sich neben dem betroffenen Nagel befinden.

In Fällen von länger bestehendem Pilz muss die Behandlung wahrscheinlich mehrmals wiederholt werden (in manchen Fällen eine bis zu zwei Jahre andauernde Behandlung). Anzeichen der Abheilung: Veränderung der Schattierung des weißen Staubes hin zu einer dunkleren Tönung (grau, braun oder gar schwarz).

Das **Öl zur Behandlung von Nagelpilz** enthält besonders scharfe aromatische Öle, darum muss ein direkter Kontakt mit den Augen, mit sensiblen Körperregionen sowie mit offenen Wunden vermieden werden.

**Gebrauchseinschränkungen:** Das Mittel ist sehr scharf und aus diesem Grund ist es ungeeignet bei Kindern unter zehn Jahren. Falls der Stoff zu einer örtlichen Rötung auf der den Nagel direkt umgebenden Haut hervorruft, ist die Behandlung abzubrechen und auf ein ähnliches Mittel umzusteigen.

Öl zur Behandlung von Nagelpilz – Für Sensible Haut  
[SEPHADDIN]



**Allgemeine Beschreibungen:** eine Mischung ätherischer Öle, die besonders gegen Nagelpilz wirksam ist, jedoch sanfter zur Haut

**Eigenschaften:**

- fördert in großen Maßen das Einziehen in den Nagel
- eine die Pilzentwicklung stoppende Wirkung
- eine besonders starke antibakterielle Wirkung

**Die aktiven empfohlenen Inhaltsstoffe:**

aromatische Öle aus Rosmarin, Eukalyptus, Kampfer, Ylang, Teebaum, Basilikum, Myrte und Scheinbeeren

**Anwendung:** wie bei dem oben genannten **Öl zur Behandlung von Nagelpilz**

**Gebrauchseinschränkungen:** nicht geeignet für Kinder unter zehn Jahren.

**Bemerkungen: Die Behandlung dauert wahrscheinlich länger als die Behandlung mit dem stärkeren Mittel.** Das Präparat ist sowohl bei hartnäckigen viralen Warzen wirksam als auch gegen kleine gutartige Hauttumoren, jedoch aufgrund seines Potenzials, die Haut zu reizen, ist diese Behandlung nur unter ärztlicher oder befugter naturheilkundlicher Begleitung durchzuführen.

## Spray zur Flächendesinfektion [TAHAR]

**Allgemeine Beschreibungen:** Ein flüssiges, auf ätherischen Ölen basierendes Spray mit einer vielfältigen äußerlichen Desinfektionseigenschaft (Bakterien, Pilzen, kleine Parasiten).

Geeignet zur Desinfektion bei jedem Fall von Verdacht einer Verunreinigung, Desinfektion der Hände nach einer Behandlung, Desinfektion einer schmutzigen Fläche, Desinfektion der Luft in einem Krankenzimmer, geeignet für die Schuhdesinfektion bei einem starken Pilzbefall (Hilfreich bei Fußpilz).

**Eigenschaften:** verhindert die Entwicklung einer großen Vielfalt von Bakterien und Pilzen.

- angenehmer Duft
- neutralisiert Gerüche innerhalb sehr kurzer Zeit
- verändert elektronische Eigenschaften der Luft (erhöhung negativer Ionen)
- allgemeine Stoffwechselförderung, insbesondere der Gehirnaktivität.
- Gegen Müdigkeit
- hilft bei der Verringerung der sich in der Luft befindlichen Staubmilben

**Die empfohlenen Aktiven Inhaltsstoffe:** gegen Bakterien und Pilz: Eukalyptus, Myrte, Pinie

**Gegen Müdigkeit:** Thymian, Ysop, Eukalyptus

**Anwendung:** nach der Reinigung auf die verunreinigte Fläche sprühen, nicht nachspülen. Zum Sprühen im Raum: drei bis sechsmal drücken, insbesondere morgens.

**Gebrauchseinschränkungen:** keine

## Behandlung von Psoriasis und Dermatitis

### **Hintergrund:**

Schuppenflechte und Neurodermitis erscheinen auf der Haut wahrscheinlich in Folge eines Selbstangriffes des Körpers. Sie sind besonders häufig bei der Blutgruppe O vertreten. Schuppenflechte ist an dickerer und gereizter Haut festzustellen, die manchmal gerötet ist, an verschiedenen Orten am Körper, jedoch besonders am äußeren Teil der Gelenke (Ellbogen, Knie).

Neurodermitis kommt bei mindestens einem von fünf Menschen im Verlauf des Lebens vor. Die Begriffe "Neurodermitis" und "Ekzem" werden häufig auf ähnliche Weise verwendet.

Neurodermitis kann als ernsthaft (akut) oder chronisch definiert werden. Ein akutes Ekzem bezieht sich auf eine sich schnell entwickelnde Rötung die von Bläschen und Schwellungen begleitet werden kann. Chronische Neurodermitis bezieht sich auf eine Stelle die längere Zeit einer Reizung ausgesetzt ist. Solche eine Gegend ist zumeist dunkler als die sie umgebende Haut, angeschwollen und zerkratzt. Neurodermitis kommt am häufigsten in jüngeren Jahren vor, bis zur Pubertät. Sie erscheint insbesondere als eine rote geschälte Haut in den Hautfalten: Innere Gelenkgegend, Achsel, Hals, Handfläche usw.

Seelisch schwierige Situationen können Neurodermitis und Schuppenflechte hervorrufen oder gar verschlimmern, wahrscheinlich indem die natürlichen Abwehrmechanismen unterdrückt werden. Ein Auftreten oder eine Verschlimmerung kann auch durch die Anhäufung von Giften im Körper hervorgerufen werden, z.B. Als Resultat von Allergien, häufigem Rauchen und lang anhaltender Verstopfung.

### **Medizinische, chemische Behandlungen:**

Die medizinischen Salben, die per Rezept zur Behandlung von Neurodermitis verschrieben werden, enthalten oftmals synthetische Steroide. Die Aufgabe dieser Steroide ist es u.a., die örtliche Gegenreaktion des Immunsystems zu

beruhigen, die zu einer Bildung von stellenweisen Entzündungen führt. Darüber hinaus haben diese Steroide bekannte Nebenwirkungen: dünnere Haut, eine schwächere Leberaktivität (was im Anschluss zu einem schwierigeren Hautproblem führen kann) und Anschwellung. In Fällen wobei eine Infektion die Neurodermitis foerdert, erhalten die Patienten manchmal auch Antibiotika.

### **Ultraviolette Bestrahlung:**

Sie hilft, eine Entwicklung von Entzündungen auf der Haut zu unterdrücken und ist daher eine anerkannte Behandlung gegen Schuppenflechte. Diese Strahlung ist der zentrale Grund für Schuppenflechte-Patienten, am Toten Meer zu verweilen. Der Nachteil einer solchen Behandlung liegt bei der erhöhten Hautkrebsgefahr und dem Bedarf, viel Zeit für das Sonnenbaden aufzuwenden.

### **Pflanzliche entzündungshemmende Zusammensetzungen:**

Das Johanniskraut ist für seine Nützlichkeit bei der Linderung oberflächlicher Wunden, Verbrennungen und Neurodermitis bekannt. Unter den Bestandteilen des ätherischen Öls dieser Pflanze sind bekannt das Pigment *Hypericin* sowie der Stoff Hyperforin. Eine Forschergruppe testete die Wirkungen von Johanniskraut und Hyperforin-Salben auf die Beruhigung örtlicher Immunreaktionen, sowohl in einer Zellkultur als auch bei Menschen. Die Wirkung wurde mit jener künstlicher Sonnenstrahlung verglichen. Erkannt wurde auch, dass sowohl ein Extrakt des Johanniskraut, als auch künstliche Sonnenbestrahlung zu einer Verringerung der reaktion der T-Lymphozyten in den Zellen der Epidermis führten. Auch bei Hyperforin wurde eine solche Wirkung entdeckt. Eine bedeutsame entzündungshemmende Wirkung besteht auch bei der italienischen Strohblume und in weiteren Gewächsen, die reich an pflanzlichen Hormonen sind.

### **Behandlungsergänzung**

Wie zuvor beschrieben, können hohe Mengen an Giften im Körper zu einem Ausbruch oder einer Verschlimmerung von Schuppenflechte oder Neurodermitis führen. Deshalb wird die Einnahme des **Entgiftungstees** parallel zu der im Folgenden beschriebenen äußeren Anwendung auf der Haut empfohlen. Ebenso empfehlen wir eine Anpassung der Ernährung an den Bluttyp und man kann erwägen, Bäder mit Salz aus dem Toten Meer (reich an verschiedenen Mikroelementen) durchzuführen, sowie eine Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln wie Selen und Zink.

# Öl zur Behandlung von Psoriasis und Dermatitis

[MEDBAR]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Mischung aus Extrakten in Öl und ätherischen Ölen zur Behandlung akuter Hautsymptome wie Schuppenflechte, Ekzemen und Hautasthma (Neurodermitis). Auch geeignet zur Behandlung von viralem Hautbefall (Herpes).

Das Mittel ist auch zur Behandlung unidentifizierter, stellentweiser Hautprobleme gedacht, wie z.B. Auftreten eines Pickels der nicht entzündet ist.

## **Eigenschaften:**

- fördert die Heilung von Hautzellen
- beugt Entzündungen vor
- beruhigt allergische Reizungen
- reich an pflanzlichen, anti-viralen Hormonen

**Aktive Inhaltsstoffe:** Knoblauchextrakte in Olivenöl, Artemisia, Geranium, Ringelblume, Johanniskraut als auch ätherische Öle aus Johanniskraut, Thymian, Lavendel, Estragon und Fenchel, italienische Strohblume, Kiefer, Etrog, Bohnenkraut und Nelke

## **Anwendung:**

**Bei Schuppenflechte:** Das Öl einmassieren, bis es vollständig in die Haut eingezogen ist, dreimal am Tag auf die problematischen Hautgegenden. Jedes Mal sofort anschließend die Salbe zur Behandlung von Hautpilz auftragen.

**Bei Neurodermitis:** Das Öl einmassieren, bis es vollständig in die Haut eingezogen ist, dreimal am Tag auf die problematischen Hautgegenden. Jedes Mal sofort anschließend die **schützende Hautsalbe** auftragen. Zwischen den Behandlungen ist zur Besänftigung der Reizung die **regenerierende Hautsalbe zu empfehlen.**

**Bei Herpes:** Das Öl einmassieren, bis es vollständig in die Haut eingezogen ist, dreimal am Tag eine Woche lang und danach einmal am Tag über zwei Wochen hinweg. Zu kombinieren mit dem Trinken des **Entgiftungstees.**

**Gebrauchseinschränkungen:** Nicht auf größeren Hautflächen bei Kindern unter vier Jahren anwenden. Bei Kindern ist die **schützende Hautsalbe** sowie die **regenerierende Hautsalbe** zu bevorzugen und je nach Bedarf das **geweberegenerierende Öl.**

## **Bemerkungen:**

- Im Fall, dass nach einer 14-tägigen Behandlung keine deutliche Besserung eintritt, kann das **geweberegenerierende Öl** in Kombination mit der **schützenden Hautsalbe** probiert werden.
- Bei jedem Auftreten von Hautreizung nach dem Auftragen einer der genannten Mittel, ist die Behandlung anzubrechen, denn eine vorübergehende Reizung ist nicht natürlich.
- Es wird empfohlen, im Verlauf der Behandlungszeit den **Entgiftungstee** (ab dem Alter von sechs Jahren) zu trinken.

## Hautschutzsalbe [TOVA]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Salbe, die der Haut eine schützende Fettschicht verleiht als Teil der Behandlung von Neurodermitis. Ist auch gegen Narben und Herpes geeignet.

### **Eigenschaften:**

- nährt die Haut
- bildet eine Schutzschicht vor zusätzlicher Trockenheit
- beschleunigt die Heilung und die Regeneration der Hautgewebe

**Empfohlene Aktive Inhaltsstoffe:** Öl der italienischen Strohblume und seine Extrakt in Olivenöl

**Gebrauchseinschränkungen:** keine. Auch geeignet zum Aufweichen und Abpellen von Milchschorf auf die Kopfhaut des Babys.

## Hand- und Fußpflege

### Regenerierende Hautsalbe [REGALIM]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine schnell einziehende Salbe, pflegt die Haut weich, beruhigt Reizungen, spendet sofortige Feuchtigkeit und fördert langfristig die Regeneration trockener und rissiger Haut

### **Eigenschaften:**

- nährt die Haut
- hinterlässt keinen fettigen Film nach dem Einziehen (weshalb sie zur Anwendung vor dem Schlafengehen geeignet ist)
- beschleunigt den Heilprozess und die Regeneration der Hautgewebe

**Empfohlene Aktive Inhaltsstoffe:** Extrakte aus der italienischen Strohblume, Ysop und Myrte in Sheabutter und Olivenöl und ätherischen Ölen aus der italienische Strohblume, Myrte und Ysop

**Anwendung:** stellenweise eine kleine Menge auftragen. Um einen Effekt wie bei einer Maniküre/Pädiküre Behandlung zu erreichen, wird empfohlen, die Salbe vor dem Schlafengehen auf die Fersen und um die Nägel herum einziehen zu lassen. Kann auch auf gereizte Gegenden bei Babys aufgetragen werden.

**Gebrauchseinschränkungen:** keine

## Körpersalbe [KATIFA]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine Salbe, die nach und nach einzieht, die Haut weich pflegt, Reizungen beruhigt, Feuchtigkeit spendet und fördert die Regeneration sehr trockener, aufgespaltener und verhärteter Haut, die zu Krebs neigenden roten Geschwulsten neigt.

**Eigenschaften:**

- nährt die Haut
- entzündungshemmend
- wirkt gegen rote Hautgeschwulste

**Empfohlene aktive Inhaltsstoffe:** Extrakte der italienischen Strohlume, Lavendel, Schlafbeere und Grapefruit in Sheabutter und Olivenöl, ätherischer Öle aus Myrte und Lavendel

**Anwendung:** stellenweise eine kleine Menge auftragen

**Gebrauchseinschränkungen:** keine

## Abwehrung von Mücken und Hautbehandlung

### Schutzsalbe gegen Mücken [ASFAR]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine Salbe aus ungiftigen, essbaren Pflanzen, die zum Einreiben aller Hautgegenden geeignet ist, um Schutz vor Mückenstichen zu gewähren. Ebenso geeignet zur Hautberuhigung nach Mückenstichen.

**Eigenschaften:**

- wehrt Mücken und Schädlinge ab
- hilft gegen den Schädling "Leishmaniose"

**Empfohlene Aktive Inhaltsstoffe:**

Extrakte aus *Inula viscosa*, *Geranium*, Zitronenstrauch in Olivenöl, unter Zusatz ätherischer Öle aus Lavendel, Zypresse, Kiefer, Zitronenstrauch und Ylang

**Anwendung:**

**Zum Schutz vor Mücken:** eine leichte Schicht auf offene Körperteile auftragen und einziehen lassen

**Gegen Leishmaniose: Öl gegen Darmwürmer** (für Erwachsene) dreimal am Tag auftragen und im Anschluss die **Schutzsalbe gegen Mücken**.

**Gebrauchseinschränkungen:** keine

## Behandlung von Haar und Kopfhaut

### Hintergrund: Haarwuchs anregende Pflanzen

Das Problem des Haarausfalls ist unter Männern ab 20 Jahren weit verbreitet. **Im Alter von 35** besteht das Symptom bei um 35% der Männer. Jedoch besteht das Problem auch bei Frauen. Die Hauptursache für den Haarausfall ist auf *Alopecia* zurückzuführen – Ein mit dem Hormonsystem zusammenhängendes Problem, das auf die Anhäufung des Hormons Hydrotestosteron (DHT) in den Haarwurzeln zurückzuführen ist. Weltweit sind verschiedene Mittel zur Behandlung dieses Problems entwickelt worden. Bis heute ist weit und breit keine tatsächlich effektive Lösung gefunden worden und alle bisherigen Lösungen verpflichten zu einer langwierigen und kostenspieligen Anwendung. Einem Teil der Produkte werden erschreckende Nebenwirkungen zugeschrieben, wie z. B. starke Reizungen und sogar Potenzstörungen.

Aus pflanzlicher Herstellung existiert kein Produkt, das eine große Wirksamkeit besäße. Es scheint, dass Pflanzen sich bei einem harten Klima (wie z.B. Dürreperioden) u.a. mit Hilfe verschiedener Stoffe aus der Familie der Steroide behaupten. Es gibt Pflanzen, die zu einer Veränderung der hormonellen Umgebung beitragen und auf diese Weise zu einer Verringerung von Haarausfall und gar zu erneutem Haarwuchs verhelfen können.

## Stärkungs- und Feuchtigkeitsextrakt für die Haare

[RAAMA]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine Mischung aus Pflanzenextrakten in Jojobaöl.

**Eigenschaften:**

- verleiht dem Haar Spannkraft, Glanz und Fülle
- spendet der Kopfhaut Feuchtigkeit und beruhigt
- hilft bei Fällen von Schuppenflechte oder Ekzemen auf der Kopfhaut

**Aktive Inhaltsstoffe:** Extrakte aus der italienischen Strohblume, Rosmarin, Thymian und mehr in Jojobaöl.

**Anwendung:**

**Für die Kopfhaut:** zweimal am Tag sanft einmassieren und einwirken lassen.

**Für das Haar:** in das Haar einmassieren.

**Gebrauchseinschränkungen:** Ab acht Jahren.



# Lösung zur Erneuerung des Haarwuchses [GADAL]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Mischung aus Pflanzenextrakten, die Haar und Haut regeneriert und Haarausfall verhindert. Männer unter 40 Jahren befinden sich im idealen Alter für gute Resultate, jedoch wurden auch gute Ergebnisse bei über 50-jährigen Patienten erzielt. Das erzielte Ergebnis ist die Erneuerung des Haarfollikels innerhalb eines Monats, was zu einem Auftreten von sanftem Flaum führt. Innerhalb von etwa zwei weiteren Wochen entstehen auch gewöhnlich entwickelte Haare. Ist auch wirksam bei Haarausfall in Folge von Bestrahlung. Hilft auch dabei, ausgefallene Augenbrauenhärchen wieder wachsen zu lassen. Bei Frauen ist ein Ausbleiben des Haarausfalls innerhalb eines Monats zu erwarten.

## **Eigenschaften:**

- regt die örtliche Durchblutung an
- fördert die Zellteilung
- erzeugt eine optimale hormonelle Umgebung für die Erneuerung von Haarfollikeln
- hinterlässt keine Fettrückstände auf der Kopfhaut

**Aktive Inhaltsstoffe:** auf Wasser basierende Extrakte aus italienischer Strohlume, Rosmarin und Ysop

## **Anwendung:**

Mit Hilfe einer Pipette ein bis zwei Tropfen auf den Finger geben, und damit das Mittel in die Kopfhaut einmassieren – zweimal am Tag (morgens und abends). Gelegentlich ist ein wärmendes Gefühl auf der Kopfhaut zu spüren. Danach sollte das Waschen der Kopfhaut vermieden werden. Während der Haarwäsche, die auf zweimal die Woche reduziert werden sollte, ist zudem die verwendete Shampoomenge einzuschränken.

## **Gebrauchseinschränkungen: keine**

**Bemerkungen:** Haarausfall findet insbesondere im Herbst und im Frühling statt, weshalb die davon Betroffenen im Voraus jeweils in den Monaten März und September ihre Behandlungen beginnen und diese mit dem Trinken **des Entgiftungstees** kombinieren sollten. Haar, das ausfällt, hat schon mindestens einen Monat zuvor zu degenerieren begonnen.

Die Ergebnisse dieser **Lösung zur Erneuerung des Haarwuchses** können auf deutliche Weise auf kahlen Stellen beobachtet werden. Eine Verringerung des Haarausfalls ist innerhalb eines Monats zu erkennen. In relativ geringen Fällen kommt Haarausfall aufgrund von Kopfhautpilz vor. Dieses Mittel behandelt dieses Problem nicht.

## Lösung zur Kopfhautreinigung [ORTAN]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine auf Wasser und Alkohol basierenden Mischung aus Pflanzenextrakten, die wirksam gegen Schuppen, Reizungen, Pilz und Ekzemen auf der Kopfhaut ist.

**Eigenschaften:**

- antimykotisch
- antibakteriell

**Empfohlene aktive Inhaltsstoffe:** Extrakte aus Traubengärung, Thymian, italienische Strohblume, Nelken, Rosmarin und *Inula viscosa* in Wasser und Alkohol unter Zusatz ätherischer Öle aus Eukalyptus, Ysop, Myrte, Basilikum, Scheinbeeren und Ylang

**Anwendung:** Die Kopfhaut damit zweimal am Tag, eine Woche lang einmassieren; danach einmal am Tag für eine weitere Woche und innerhalb der dritten Woche lediglich zweimal. Führen Sie eine Haarwäsche durch, so ist die Lösung danach einzuwirken. Während des Behandlungszeitraumes ist die Häufigkeit der Haarwäsche auf zweimal pro Woche einzuschränken. Ist der Körper von *Pityriasis versicolor* befallen, kann die erwähnte Kopfhautbehandlung mit dem **Öl zur Behandlung von Pityriasis versicolor** auf entsprechenden Körpergegenden sowie mit dem Trinken des **Entgiftungstees** kombiniert werden.

**Gebrauchseinschränkungen:** ab 8 Jahren

## Behandlung von Schmerzen und Spannungen

Hintergrund: Entzündungen und Gelenkschmerzen

Gelenkschmerzen treten häufig bei der älteren Bevölkerung auf. Ein Gelenk ist eine Abkreuzung im Körper, in der sich u.a. Gifte ansammeln. Deshalb ist eine Entgiftung des Körpers eine wichtige Ergänzungsbehandlung die mit Hilfe des **Entgiftungstees** (siehe oben) durchgeführt werden kann. Gelenkentzündungen treten oftmals bei Patienten mit der Blutgruppe O auf, wenn sie Getreideprodukte essen und das trifft auch auf Blutgruppe A zu (bei Milch- und Fleischverzehr). Es lohnt sich demnach, den Ernährungsplan der Blutgruppe anzupassen.

Die Medikamente, die zur Schmerzlinderung verabreicht werden, können die Leber mit Giftstoffen belasten, was langfristig die Giftau Schwemmung aus dem Körper noch mehr schwächt und somit den Zustand der Gelenke

verschlimmert. Im Folgenden werden Mittel zur äußeren Behandlung mit Hilfe von für die Verwendung unbedenklichen Pflanzen erläutert, die eine entzündungshemmende und schmerzlindernde Wirkung besitzen.

## Salbe zur Behandlung von stellenweise auftretenden Schmerzen [BARKAN]

**Allgemeine Beschreibungen:** Extrakte in Palmfett aus verschiedenen Pflanzen, mit ätherischen Ölen aus weiteren Pflanzen zum Einmassieren auf bestimmte Stellen: Schultern, Knie und Rückenwirbel. Auch bei rheumatischen Schmerzen geeignet

**Die aktiven Inhaltsstoffe:** Extrakte aus Oregano, Ysop, Schlafbeere, Artemisia, Salbei und Weide in Palmfett unter Zusatz ätherischer Öle aus italienischer Strohblume, Myrte und Ylang

### **Eigenschaften:**

- reich an verschiedenen pflanzlichen Hormonen, die Kortison ersetzen ohne dessen Nebenwirkungen zu verursachen
- schmerzlindernd, innerhalb von Minuten spürbarer Effekt
- brennt nicht
- starke entzündungshemmende Wirkung

**Anwendung:** Stellenweise, ca. 15 Sekunden einmassieren, bis die Salbe an der betroffenen Stelle eingezogen ist Kann mehrere Male am Tag verwendet werden. Nur zur äußeren Anwendung geeignet. Bei einer größeren zu behandelnden Stelle ist entweder das **Öl für die stellenweise Massage** oder das **Öl zur Behandlung breitflächiger Entzündungen** zu verwenden.

**Gebrauchseinschränkungen:** nicht für Schwangere geeignet

## Öl für die stellenweise Massage [EVRY]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine Mischung ätherischer Öle und Extrakten aus einer großen Vielfalt an Pflanzen in Olivenöl, mit physiologischer Wirkung auf den Körper

### **Eigenschaften:**

- schmerzlindernd
- entspannt die Muskeln und erhöht die Durchblutung (dabei wird eine leichte “Wärmung” empfunden)
- stärkt das Immunsystem (zur Massage geeignet bei Grippe oder Schwächegefühl)

**Aktive empfohlene Inhaltsstoffe:** Extrakte aus Etrog, Schlafbeere, Johanniskraut, Myrte und Zypresse in Olivenöl in Kombination mit ätherischen Ölen aus Myrte, Zypresse, Fenchel, Dost, Ysop, Pfefferminze und Lavendel

**Anwendung:** Eine weite Gegend (Brust oder Rücken) einmassieren oder stellenweise (Gelenkentzündung) bis das Öl vollständig eingezogen ist (innerhalb einiger Minuten). Die Behandlung zwei- bis fünfmal am Tag wiederholen

**Gebrauchseinschränkungen:** Nicht bei Kindern unter drei Jahren anwenden; nicht innerhalb der ersten sechs Monate der Schwangerschaft (am Tag der Entbindung zur Schmerzlinderung in der Rückengegend geeignet.)

## Bein-Massageöl [MOAV]

### **Allgemeine Beschreibungen:**

therapeutisches Massageöl auf Olivenölbasis, vielfältig anwendbar, für die Anwendung auf größeren Hautflächen geeignet. Besonders wirksam gegen müde und schwere Beine, verschiedene Schwellungen, Venenproblemen (bei Schwangeren) und Zellulitis. Sehr gut geeignet bei reflexologischen Behandlungen.

### **Eigenschaften:**

- erhöht den Tonus der Blutgefäße
- erhöht die Strömung des Lymphsystems
- wirkt harmonisierend auf das periphere Nervensystem
- beschleunigt die Freigabe von Fett aus den Zellen in die Blutbahn
- zieht schnell in die Haut ein

**Die aktiven Inhaltsstoffe:** Extrakte in Olivenöl aus Lavendel, Zypresse, Geranium, Etrog, Lavendel und Ylang

### **Anwendung:**

**Bei schweren Beinen:** die Beine waagrecht platzieren, das Öl einreiben und von Fuß bis in den Schritt hinein (Lymphknotengegend) einmassieren

**Gebrauchseinschränkungen:** Die weitergeführte und regelmäßige Anwendung ist nicht für Schwangere in den ersten vier Monaten geeignet; bei Kindern nicht unter dem Alter von zwei Jahren anwenden.

## Anregendes Massageöl [TUPAZ]

**Allgemeine Beschreibungen:** Massageöl, das den Muskeltonus erhöht, “aufweckt” und die Atemwege erfrischt

**Aktive Inhaltsstoffe:** Öle aus Eukalyptus, Zitrusfrüchten und Pistazie

**Gebrauchseinschränkungen:** Bis zu vier Stunden nach der Anwendung ist die Haut keineswegs intensiver Sonnenbestrahlung auszusetzen. Für Schwangere (ab dem vierten Monat), Stillende und Kinder ab zehn: Pro Massage dürfen bis zu 2 ml verwendet werden.

## Entspannendes Massageöl [JORDAN]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine beruhigend wirkende Mischung aus Pflanzenextrakten in Öl (unter Nutzung von Pflanzen, ihre Gegner in der Natur beruhigen). Geeignet zur Anwendung bei hyperaktiven Kindern; gut gegen Stress und zur Entspannung, erhöht dieses Massageöl die Qualität des Schlafes. Seine allgemeine Wirkung auf das Nervensystem verleiht ihm auch Wirksamkeit bei Schmerzen die durch Verkrampfungen hervorgerufen werden (Bauchmuskeln, motorische Muskulatur, Erbrechen u. ä.).

Wird es mit anderem Öl verdünnt, ist es ebenso für die Babymassage und zur Linderung der Mundgegend geeignet, wenn das Baby zahlt.

### **Eigenschaften:**

- verringert allgemeinen Muskeltonus
- fördert die Aktivität des Parasympathetischen Nervensystems (Ruhezustand)
- betäubt (bei hoher Dosis)
- lindert Allergien
- fördert die Senkung des Blutdrucks

**Die aktiven Inhaltsstoffe:** Extrakte in Olivenöl aus Kamille, Melisse Zitronenstrauch, in Kombination mit ätherischen Ölen aus Lavendel, Zitrone, Orangenschale, Fenchel und Zitronenstrauch, Majoran, Karottensaat und Estragon

Diese Mischung ist reich an Cumarinen, die einen betäubenden Effekt besitzen.

**Anwendung:** Das Öl einmassieren, bis es vollständig eingezogen ist. Für eine generelle Beruhigung ist besonders eine längere Massage der Schultergegend, des Nackens und der Stirn zu empfehlen. Bei einem zahnenden Baby drei Tropfen auf einen Teelöffel Olivenöl geben und auf jene Stellen der Wangen auftragen, wohinter die Milchzähne hervorkommen.

**Gebrauchseinschränkungen:** Nicht in den ersten vier Schwangerschaftsmonaten anwenden, danach ist die Anwendung auf die Nacken- und Schultergegend zu begrenzen. Nicht vor dem Autofahren anwenden, da eine Einschlafgefahr besteht (der Geruch an sich hat ebenso eine einschläfernde Wirkung, daher sollte man sich als Mitfahrer der Wirkung auf den Fahrer bewusst sein und dementsprechend vorsichtig mit dem Öl umgehen).

**Bemerkungen:** Falls die Massage mit dem Öl nicht genügend betäubt, kann zusätzlich folgende Teemischung oder Extrakt eingenommen werden: Melisse, Arabisches Bergkraut, Kamille, Seide, Zitronenstrauch und Majoran.

## Bademilch zur Stärkung des Immunsystems

[MOUNTAIN HYSSOP]

**Allgemeine Beschreibungen:** Bademilch für Dusche oder Vollbad, die zu der Stärkung des Immunsystems beiträgt und den Körper desinfiziert. Insbesondere hilfreich bei länger anhaltenden oder schweren Entzündungen im Körper, bei Grippe oder anderen viralen Krankheiten.

### **Eigenschaften:**

- regt das Immunsystem an
- tötet eine Vielfalt von Bakterien ab
- bei der Anwendung ist eine “prickelnde” Energie im Körper zu verspüren
- schweißfördernd

**Die aktiven Inhaltsstoffe:** Öle aus Ysop, Sommer-Bohnenkraut, Zitrone, Eukalyptus und Neoli

**Anwendung:** Vor der Anwendung gut schütteln. Den Inhalt von ein bis zwei Kappen in ein lauwarmes bis heißes Bad geben. Mindestens 15 Minuten im Wasser bleiben. Keine Seife im Therapiebad verwenden. Alternativ kann die Bademilch in der Dusche verwendet werden, indem sie erst auf die Brust und den Bauch eingerieben und nach fünf Minuten abgespült wird.

**Gebrauchseinschränkungen:** Bis zu einigen Stunden nach der Anwendung ist eine intensive Sonnenbestrahlung zu meiden. Für Stillende und Kinder bis zu zehn Jahren gilt: die Hälfte der empfohlenen Menge verwenden (bis zu einer Kappe pro Bad); Schwangere (ab dem vierten Monat): bis zu  $\frac{3}{4}$  einer Kappe fürs Bad.

## Entspannende Bademilch [LEVONA]

**Allgemeine Beschreibungen:** Bademilch für ein Bad mit überwiegender Wirkung auf das periphere Nervensystem. Generell beruhigend, schläfert nicht ein, sondern erhöht die Konzentrationsfähigkeit. Empfohlen bei allgemeiner Unausgeglichenheit, wobei einige Systeme gemeinsam davon betroffen sind (Verdauung, Blutdruck, Hormone, Allergien, chronische Entzündungen, allgemeine Müdigkeit). Auch vor oder nach intellektueller Anstrengung empfohlen, wie z.B. Prüfungsvorbereitungen.

Die besondere Zusammensetzung der Bademilch ermöglicht das Eindringen der Stoffe durch jede Gegend der Haut; auch durch die Atemwege.

**Eigenschaften:**

- harmonisiert die Neurovegetativen Systeme: Sympathikus und Parasympathikus
- verbessert das Erinnerungsvermögen
- Antistress
- duftet besonders angenehm
- hilft dabei, abends eine romantische Stimmung zu erzeugen
- hilft, den Blutdruck zu senken

**Die empfohlenen Inhaltsstoffe:** eine an pflanzlichen Estern reiche Mischung, die ätherisches Majoranöl enthält – zur Verbesserung der Lernkapazität, Wachheit und Konzentration. Gegen Stress und zur Harmonisierung wirken hier ätherische Öle aus Ylang, Orange, Lavendel, Ringelblumen- und Zitronenstrauchextrakt

**Anwendung: Vor dem Gebrauch gut schütteln.** Den Inhalt von ein bis zwei Kappen in ein lauwarmes bis heißes Bad geben. Mindestens 15 Minuten im Wasser bleiben. Keine Seife im Therapiebad verwenden. Alternativ kann die Bademilch in der Dusche verwendet werden indem sie erst auf die Brust und den Bauch eingerieben und nach fünf Minuten abgespült wird. Abends oder vor dem Schlafengehen empfohlen.

**Gebrauchseinschränkungen:** Bis zu einigen Stunden nach der Anwendung ist eine intensive Sonnenbestrahlung zu meiden. Für Stillende und Kinder bis zehn Jahren gilt: die Hälfte der empfohlenen Menge verwenden (bis zu einer Kappe pro Bad); Schwangere (ab dem vierten Monat): Bis zu  $\frac{3}{4}$  einer Kappe fürs Bad.

## Die Gesundheit des Mundraumes

Hintergrund: Schutz und Pflege für gesundes Zahnfleisch

Ursachen, die das Zahnfleisch schwächen sind u.a.: Häufiges Konsumieren heißer Getränke; Verwendung synthetischer Zahnpasten, die Detergenten enthalten (führen zu übermäßiger Öffnung der Poren; Rauchen (erzeugt viele freie Radikale, die das Gewebe angreifen).

Es empfiehlt sich, sensibles oder entzündetes Zahnfleisch mit dem **geweberegenerierendem Öl** (siehe oben) einzumassieren und zu bürsten und mindestens zur Zeit der Entzündung das **Spray zur Desinfektion des Mundraumes** zu verwenden.

## Spray zur Desinfektion des Mundraumes [SHEN]

**Allgemeine Beschreibungen:** Auf Wasser basierendes Spray, dem Pflanzenextrakte unter Zusatz relativ hoch dosierter ätherischer Öle beigefügt sind. Besonders wirksam bei der Heilung verschiedener Wunden im Mund (Aphthen) und als Begleitbehandlung von Zahnfleischentzündungen.

### **Eigenschaften:**

- betäubt umgehend Wunden im Mund
- besonders stark den Mund desinfizierend
- Heilung von Zahnfleischproblemen und Problemen im Mundraum
- hinterlässt einen angenehmen Geruch

### **Die empfohlenen aktiven Inhaltsstoffe:**

Auf Wasser basierende Extrakte aus Nelke, Sommer-Bohnenkraut, Oregano, Artemisia, Salbei und Zimt unter Zusatz ätherischer Öle aus Pfefferminze, Nelke, Dost, Thymian und Zimt

### **Anwendung:**

**Bei Wunden im Mund:** örtlich auf die Wunde sprühen, ebenso anstelle von Zahnpasta auf die Zahnbürste sprühen und damit die Zähne putzen.

**Gebrauchseinschränkungen:** kann täglich verwendet werden - ab sechs Jahren; Gebrauch falls notwendig auch von drei bis sechs Jahren.

**Bemerkungen:** geeignet bei Haustieren gegen schlechten Mundgeruch

## Behandlung der Atemwege

### Öl zur Behandlung von Ohrentzündungen [TANUKH]

**Allgemeine Beschreibungen:** Öl zur Behandlung und Vorbeugung von Entzündungen und Pilz in den Ohren. Eine besonders sanfte Mischung, die zur Behandlung dieses Problems bei Kindern geeignet ist.



**Eigenschaften:**

- aktiv gegen eine große Vielfalt von Bakterien und Pilzen
- betäubt auf schnelle Weise
- verleiht ein sanftes Wärmegefühl

**Die empfohlenen Inhaltsstoffe:** Extrakte in Olivenöl aus Knoblauch, Geranium und Myrte unter Zusatz ätherischer Öle aus Basilikum, Nelke, Teebaum, Zitrusblätter und Rosenstock

**Anwendung:** Einige Tropfen in das Ohr geben und mit dem Öl um das Ohr herum massieren: Alle drei Stunden am ersten Tag und dreimal über den darauf folgenden Tag.

**Gebrauchseinschränkungen:** Bei unter 18 Monatigen Kindern nicht ins Ohr geben, sondern sanft um das Ohr herum massieren. Nicht ins Ohr geben im Falle eines Risses des Trommelfells oder eitrigem Ausfluss aus dem Ohr. Verfolgen Sie die Entwicklung - falls nach 48 Stunden keine Besserung eintritt, ist auf eine andere Behandlung umzusteigen.

**Bemerkungen:** Eine Ohrentzündung ist ansteckend. Es wird empfohlen, mit dem Öl zur Behandlung von Ohrentzündungen vorbeugend den Rest der Familie zu behandeln, falls ein Kind krank ist.

## Inhalationsmischung zur Behandlung verstopfter Nasen [MASHAV]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine Mischung ätherischer Öle in Alkohol zur Hygiene der Atemwege und zur Erleichterung von durch Allergien erzeugter Nasenverstopfung. Wirksam zu Beginn einer Erkältung und folgenden Atembeschwerden bei Kindern (Anhäufung von Schnupfen).

**Eigenschaften:**

- verringert den Schleimbelag in den Atemwegen
- verändert die elektronischen Eigenschaften der Luft
- desinfiziert

**Die empfohlenen Inhaltsstoffe:** Alkohol aus Traubengärung und ätherische Öle aus Kiefer, Eukalyptus, Fenchel, Pfefferminze, Zitronenschale, Orangenschale, Bohnenkraut, Neoli und Lavendel

**Anwendung:**

**Tagsüber:** ein paar Tropfen auf ein Tuch geben und hindurch atmen; oder ein paar Tropfen in kochend heißes Wasser geben und die Dämpfe inhalieren

**Nachtsüber:** ein paar Tropfen in ein Dampfgerät geben oder auf ein Kissen neben dem Kopf

**Gebrauchseinschränkungen:** Das Mittel nicht auf dem Körper verwenden, insbesondere sollten Babys unter einem Jahr nicht damit in Berührung kommen.

**Bemerkungen:** Im Falle einer ernsthaften Nasenverstopfung bei ab Achtjährigen ist die **Inhalationsmischung zur Behandlung von Sinusitis** zu verwenden.

# Inhalationsmischung zur Behandlung von Sinusitis [ORANIT]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Mischung ätherischer Öle in Alkohol.  
Eignung:

- bei fortgeschrittener Entzündung der Sinushöhlen (Sinusverstopfung, Entzündung, Kopfschmerz u.ä.)
- als Hilfsmittel bei der Heilung einer Lungenentzündung

## **Eigenschaften:**

- antibakterielle Wirkung
- regt die Abflussabläufe der Sinushöhlen an
- Linderung von Sinusitis oder Verstopfungen bedingter Kopfschmerzen

**Aktive Inhaltsstoffe:** ätherische Öle aus Eukalyptus, Thymian, Zimt und Kiefer

**Anwendung:** Das Präparat enthält hoch konzentrierte ätherische Öle, darum muss die Anwendung sehr gut durchgelesen werden. **Das Mittel ist nur zum Einatmen geeignet.**

**Anwendung:** Einen halben Liter Wasser in einem kleinen, bedeckten Topf aufkochen. Drei bis zehn Tropfen der Mischung hinzugeben, den Topf sofort wieder zudecken und sich mit einem Handtuch (wie unter einem Zelt) bedecken. Den Deckel einige Sekunden lang abnehmen, die Dämpfe einatmen (so gut wie möglich durch die Nase) und wieder zudecken. Nach ein paar Sekunden wiederholen, bis das Wasser abkühlt nicht mehr dampft. Nicht hinausgehen für mindestens eine halbe Stunde nach der Behandlung. **Nur mit geschlossenen Augen die Dämpfe einatmen.**

Die Mischung kann eine vorübergehende Rötung der Gesichtshaut hervorrufen (bis zu zehn Minuten nach der Behandlung). Dieses Symptom ist weder selten noch gefährlich.

**Gebrauchseinschränkungen:** Nicht zur Anwendung bei Kindern unter acht Jahren (hier ist die **Inhalationsmischung zur Behandlung verstopfter Nasen zu verwenden**).

Die Behandlung kann zu einer Reizung der Augen führen, deshalb ist die Inhalation mit geschlossenen Augen durchzuführen.

**Bemerkungen:** Empfohlen wird eine Kombination der Anwendung mit dem **Tee zur Stärkung des Immunsystems** (der Erdrauch, Etragschalen, Brennessel und Johanniskraut enthält) **oder mit der Bademilch zur Stärkung des Immunsystems** (die ätherische Öle aus Ysop, Nelke und Bohnenkraut

enthält) im Falle des Verdachts einer Ausbreitung der Entzündung, oder mit dem **Entgiftungstee** im Falle einer lang anhaltenden oder wiederkehrenden Entzündung.

## Anti-allergenes Spray [SHOUNAM]

**Allgemeine Beschreibungen:** Auf Wasser basierendes Spray, das Pflanzenextrakte unter Zusatz ätherischer Öle enthält. Empfohlen bei Verschleimung, zu Beginn einer Entzündung der Atemwege und bei Husten. Mit vorbeugender Wirkung gegen Asthma. Wirksam bei Rauchtentzug (Schleimüberreste), bei Sensibilität der Stimmbänder und bei Heiserkeit.

### **Eigenschaften:**

- (gemäßigt) antibakteriell
- Befreiung der Atemwege (wirkt auf die die Atemwege regulierenden Muskeln)

**Empfohlene aktive Inhaltsstoffe:** Abkochung aus Wüstendost, Minzen, Nelke, Maishaar, Eukalyptus, Erdrauch, Bohnenkraut, Garten-Stiefmütterchen, Arabisches Bergkraut, Zitronensaft, Myrteöl, Fenchelöl, Lavendel, Karottensaatöl.

### **Anwendung:**

**Bei Husten:** Je bei Bedarf zwei- bis drei mal in den Mund sprühen (bis zu sechsmal am Tag).

**Zur Vorbeugung von Asthma:** zwei bis fünfmal am Tag, über drei Wochen hinweg in den Mund sprühen. Nach zwei Wochen Pause noch einmal wiederholen.

**Gebrauchseinschränkungen:** Nicht für Kinder unter drei Jahren.

**Bemerkungen:** Bei der Behandlung von Asthma sollte beim ersten Mal nur eine kleine Menge verwendet werden, um sich zu vergewissern, dass keine besondere Sensibilität auf den Wirkstoff besteht.

## Antibakterielles Spray [KALITA]

**Allgemeine Beschreibungen:** Eine Mischung aus Pflanzenextrakten in Wasser und Alkohol, mit braunem Zucker, Zitronensaft und ätherischen Ölen. Mit stärker antibakterieller Wirkung. Empfohlen bei Halsentzündungen und besonders bei chronischen Entzündungen (stetiges Vorkommen von Streptokokken im Hals). Auch wirksam zur gründlichen Behandlung von anderen inneren Entzündungen (Lungenentzündungen, Harnwege u.ä.).

**Eigenschaften:**

- antibakteriell, insbesondere gegen Streptokokken A und B
- regt allgemein das Immunsystem an
- lindert Halsschmerzen

**Die empfohlenen aktiven Inhaltsstoffe:** Eine Pflanzenmischung reich an Lippenblütlern, reich besonders an Thymol und Carvacrol (Sommer-Bohnenkraut, Thymian), unter Zusatz von Pflanzen, die die "Halssituation" ändern, z.B. Zitrone und Pfefferminze

**Anwendung:** Zur Behandlung einer starken Entzündung: fuenfmal am Tag, drei bis fuenfmal in den Rachen sprühen, im Verlauf von einer Woche.

**Zur Behandlung einer chronischen Entzündung:** zwei- bis fünfmal in den Rachen sprühen im Verlauf von zwei Wochen.

**Gebrauchseinschränkungen:** Bis zum Alter von zwei Jahren; ein Drittel der erwähnten Menge

**Bemerkungen:** Im Fall einer wiederkehrenden Entzündung ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass ein Familienmitglied (Hauptsächlich die Eltern) passiver Träger der Bakterie ist: daher:

Ist der Rest der Familie mit einer geringen Dosis zu behandeln.

Ist der Patient mit der Bademilch zur Stärkung des Immunsystems zweimal die Woche zu behandeln. Zur vorbeugenden Behandlung einen Monat lang, zwei Wochen unterbrechen und wiederholt einen Monat lang behandeln.

Ist die Kombination mit dem Tee zur Stärkung des Immunsystems (Tee aus Bohnenkraut, Thymian, Johanniskraut und Minze) am Anfang zu empfehlen und der Entgiftungstee gegen Ende der Erkrankung.

## Gastroenterologie

### Salbe zur Behandlung von Hämorrhoiden [AFOULIM]

**Allgemeine Beschreibungen:** Salbe zur äußeren Anwendung für die Behandlung von Hämorrhoiden. Ebenso wirksam zur Behandlung von Beinvenen und Bei Fissuren in Kombination mit dem **Gewebe regenerierendem Öl** (Zur ProduktBeschreibungen siehe oben).

**Eigenschaften:**

- zieht die örtlichen Blutgefäße zusammen
- erhöht den Muskeltonus
- wirkt antibakterielle

- beschleunigt die Wundheilung

**Die empfohlenen Inhaltsstoffe:** Extrakte in Olivenöl aus Zypresse, Artemisia, Johanniskraut, Geranium, unter Zusatz ätherischer Öle aus Johanniskraut, italienischer Strohblume, Geranium Lavendel und unter Zusatz von Palmfett, Kokosfett und Sheabutter.

**Anwendung:**

**Zur Behandlung von Hämorrhoiden:** drei- bis fuenfmal am Tag die angeschwollene Stelle und drumherum einreiben, bis vollständig eingezogen, im Verlauf von fuenf Tagen. Die Salbe muss dann weiterhin zweimal am Tag für noch weitere fuenf Tage verwendet werden. Anstelle dessen kann nachts ein Stück darin eingetunkte Watte verwendet werden.

**Zur Behandlung von Venen:** Die Beine anfangs mit dem **Massageöl für die Beine** einmassieren. Abends vor dem Schlafengehen sehr gut in der Venengegend massieren.

**Zur Behandlung von blauen Äderchen:** Abends auf die erforderlichen Stellen ca. zehn Minuten einreiben, mindestens einen Monat lang.

**Gebrauchseinschränkungen:** keine

Im Falle einer Blutung oder bei Verdacht auf eine Entzündung ist kein Toilettenpapier zu verwenden, sondern im **Desinfektionswasser für die Haut** angefeuchtete Watte. Allgemein sollten sensible Menschen Toilettenpapier meiden und stattdessen Feuchttücher für Babys verwenden.

## Öl gegen Darmwürmer [NITAPIL]

**Allgemeine Beschreibungen:** eine Mischung von Pflanzenextrakten in Olivenöl und mit ätherischen Ölen, die das Wachstum jener Würmer eindämmt, die sich in den ersten Stadien in der Nähe des After aufhalten.

**Eigenschaften:**

- verhindert die Abgabe von Eiern in der Nähe des Afters
- giftig für die frühe Entwicklung der Würmer
- wehrt ältere Würmer ab

**Die empfohlenen Inhaltsstoffe:**

**Für Kinder:** Knoblauch, Neoli, Myrte, Lavendel, Artemisia und Nelke

**Für Erwachsene:** Lavendel, Neoli, Zypresse, Artemisia und Knoblauch

**Anwendung:** Vor dem Schlafengehen ca. zehn Tropfen des Öls auf den After tröpfeln, wenigstens in der Afternähe, jeweils ab dem zehnten Tag des Hebräischen Kalendermonats

eine Woche lang und zweimal am Tag in den folgenden zwei Wochen.

**Gebrauchseinschränkungen:** Bei Kindern unter zehn Jahren ist das spezielle Öl für Kinder zu verwenden (ein besonderes Präparat).

**Bemerkungen:** Im Falle von zu großer Dichte, gehen die Würmer auch in den vaginalen Bereich über. Darum ist das Öl auch auf den Vaginäingang zu tröpfeln (1-3 ml).

Dieses Öl kann auch bei äusseren Behandlungen verwendet werden, wie Leishmaniose in Kombination mit der **Salbe zum Schutz gegen Mücken**.

## **Anhang A: Auflistung der angewendeten örtlichen Pflanzen**

- **Origanum dayi:** Einzigartig für die südliche Gegend der Übergangslinie der Jüdischen Wüste; kommt auch in einer begrenzten Gegend gegenüber des Jordan vor. Eine besonders konzentrierte Besiedlung ist in der Gegend der Orte Sussia und Ma'on südlich des Hebronberges vorzufinden. Er ist reich an ätherischen Öl das u.a. an die Düfte von Pfefferminze, Eukalyptus und Kampfer erinnert. Die Pflanze hat sowohl eine starke antibakterielle als auch eine antifungiale Wirkung (gegen Pilz). Hilft bei Atembeschwerden und Hautproblemen.
- **Varthemia iphionoides:** Diese Pflanze kommt häufig in westlichen und östlichen hauptsächlich kreidehaltigen Abhängen vor, im östlichen und südlichen Teil der Jüdischen Berge. In der Gegend der sich westlich des Hebronberges befindenden Orte Telem, Adura und Negohot ist eine starke Anhäufung an Pflanzen vorzufinden, die reich an ätherischen Öl sind. Die Pflanze u.a. bei der Behandlung Atembeschwerden und Hautproblemen.
- **Achillea fragrantissima:** Wächst in dem verschiedenen Gegenden der jüdischen Wüste (z.B. Nahe Um-Dardsch und bei der Straße Arad – En Bokek), auf dem Negev-Berg u.a.. Hilft bei der Linderung rheumatischer Schmerzen und Hautproblemen.
- **Artemisia herba-alba:** Wächst in der Steppe und in weiteren Wüstengegenden wie in Nordafrika. Sie ist den Juden Nordafrikas als "Scheichpflanze" bekannt. Hilft bei der Behandlung von Hautproblemen.
- **Artemisia judaica:** Wächst in der Steppe (Nachal Paran). Hilft bei der Behandlung von Hautproblemen.
- **Citrus medica - Etrog:** Die Fruchtschalen helfen bei der Stärkung der Leber, bei der Behandlung beschädigter Haut u.a.

- **Coridothymus Capitatus:** Ist in verbreiteten Gegenden Israëls vorzufinden, besonders auf kreidehaltigem Gebirge. U.a.: von Gusch Etzion bis zum Süden des Hebronberges, jedoch auch auf Eolianit-Felsen nördlich von Atlit. Besitzt eine besonders starke antibakterielle Wirkung.
- **Cupressus sempervirens - Zypresse:** Wächst weit verbreitet in Israël, das aus ihm gewonnene Öl hilft gegen Hautprobleme, Schmerzen, Schwellungen u.a.
- **Eucalyptus camaldulensis:** Ein im Lande angepflanzter Baum. Hilft bei Atem- und Hautproblemen.
- **Ficus carica – Feige:** Weit im Land verbreitet, ein Tee aus frischen Blättern des Baumes hilft bei der Linderung von Hautproblemen und Schmerzen.
- **Foeniculum vulgare – Fenchel:** Wächst in vielen Gebieten des Landes. Das Öl der Pflanze hilft bei Atem- und Hautproblemen, Stress usw.
- **Haplophyllum tuberculatum:** Wächst in vielen Steppen- und Wüstengebieten des Landes. Weniger giftig als die Weinraute. Lindert Entzündungen und Schmerzen.
- **Hypericum triquetrifolium:** Ein Verwandter der in der westlichen Heilkunde bekannten

13a **Saint John's Wort.** Lindert Entzündungen, hilft bei verschiedenen Hautproblemen.

- **Inula viscosa:** Häufig im Land vorkommend. Besitzt eine starke antimykotische Wirkung.
- **Lavandula stoechas:** Als Wildpflanze heutzutage selten im Lande vorzufinden. Das Öl dieser Pflanze hilft bei der Behandlung von Hautproblemen, Beruhigung bei Stress und mehr.
- **Leontice leontopetalum:** Einjährige Pflanze mit Knollen. Verbreitet in der Arad-Ebene; die Knollen sind reich an Saponinen – eine natürliche und milde Seife.
- **Majorana syriaca – Ysop:** Wächst auf Hügeln aus Kreide- und Kalkfelsen. Dient zur Herstellung des Gewürzes “Saatar”. Gesetzlich geschützt. Die Pflanze hat eine starke antimykotische und antibakterielle Wirkung (Wie in Psalm 51: “Entsündige mich darum mit Ysop, dass ich rein werde.”)
- **Matricaria aurea – Goldene Kamille:** Weit in Israel verbreitet, gesetzlich geschützt. Lindert Hautprobleme und wirkt beruhigend.



- **Melissa officinalis – Zitronenmelisse:** Sind in feuchten Gegenden des Landes aufzufinden; eine örtliche Sorte wächst z.B. In der Gegend der Nachschon-Kreuzung. Wirkt beruhigend.
- **Mentha longifolia – Rossmintze:** Befindet sich in den Quellen- und Bachgegenden Israels. Ihr Öl dient zur Behandlung von Atemwegen und Haut.
- **Micromeria fruticosa –** Wächst auf flachem Kreidefels in regenreichen Gegenden des Landes. Hat eine beruhigende Wirkung.
- **Pistacia lentiscus – Mastixstrauch:** Wächst in den am Mittelmeer gelegenden Landstreifen. Das Einatmen des Öls hilft bei der Linderung von Atemproblemen.
- **Myrtus communis – Myrte:** Verbreitet in Israel als Ziergewächs und als eines der Vier Sorten, mit denen die Gebete des jüdischen Laubhüttenfestes begleitet werden. Das Öl hilft bei Hautproblemen, lindert Schmerzen usw.
- **Pinus halepensis – Aleppo-Kiefer:** Wächst weit verbreitet im Land; Das Öl lindert Hautprobleme, Schmerzen usw.
- **Salix alba – Silber-Weide:** Wächst an Flussufern des Landes. Die Blätter haben eine antibiotische und antimykotische Wirkung.
- **Salvia fruticosa - Griechischer Salbei:** Wächst in Lichtungen von Mittelmeerwäldern.
- **Thymbra spicata –** Wächst auf Kreidefels in regenreichen Gegenden des Landes. Hat eine antibakterielle und antimykotische Wirkung.
- **Thymeläa hirsuta - Behaarte Spatzenzunge:** Wächst in Wüstengegenden des Landes und in Küstennähe. Hilft bei Hautproblemen und Schmerzen.
- **Urtica pilulifera – Pillen-Brennnessel:** Verbreitet auf Schrotthügeln und unter Baumschatten. Hat eine die Leber stärkende Wirkung, regt Haarwuchs an und lindert Hautverletzungen.
- **Verbascum sinaiticum – Königskerzen:** Wächst in Flussadern in den Steppen des Landes. Hilft bei Schmerzen und Schwellungen.
- **Withania somnifera – Schlafbeere:** Wächst weit verbreitet in ruderalen Standorten. Der Extrakt der Pflanze hilft bei der Behandlung von Schmerzen, Hautproblemen usw.

## Anhang B: Über die Qualität der Rohstoffe und die Gewinnung der Extrakte

### Allgemein

In entfernter Vergangenheit gewannen Ärzte und Heilpraktiker ihre Erzeugnisse aus Pflanzen, die sie selber anbauten oder sammelten, oder sie wussten zumindest, ueber deren Ursprung, Erntezeitpunkt und Aufbewahrungsweise Bescheid. Jene Ärzte haben keine “unidentifizierten” Pflanzen in Hinsicht auf deren Eigenschaften verwendet. Sie waren sich sehr bewusst darüber, dass Pflanzen der selben Art auf verschiedene Weise wirken können aufgrund der Unterschiede in der chemischen Zusammensetzung verschiedener Teile der selben Art.

Heute, mit der Naturtrend-Welle hat sich ein weltweiter Handel von Heilpflanzen und deren Extrakten entwickelt. Die Stoffe machen ihren Weg um die Welt, werden auf unterschiedliche Weise gelagert und werden chemisch gegen Insekten und Pilz behandelt. Aufgrund des harten Wettbewerbs und dem Bedürfnis, hauptsächlich in Werbung - und nicht in den Produktinhalt - zu investieren, ist darüberhinaus die Kostensenkung der Rohstoffe zu einem der Grundpfeiler der “Produktverbesserung” geworden. Die Herkunft der Pflanzen wird vom Marktpreis abhängig gemacht, wobei die Pflanzen je nach Katalogblatt bestellt werden, ohne dass diese auf ihre Wirksamkeit und Eigenschaft hin geprüft werden. Demnach ist es kein Wunder, dass die meisten natürlichen Produkte als “Hilfsstoffe” definiert werden und nicht als tatsächliche Lösung.

Somit ist es von großer Wichtigkeit, die verwendeten Pflanzen selber anzubauen und zu beaufsichtigen. Ist diese Möglichkeit nicht gegeben (bei Pflanzen, die nur in einem anderen Klima wachsen), ist es angemessen, mit Gärtnern vor Ort zusammen zu arbeiten mit denen man direkt in Kontakt steht.

Wenn möglich, ist es vorzuziehen, ätherisches Öl und verschiedene Auszüge selbst herzustellen.

Die Herstellungsabläufe enthalten: Gewinnung ätherischer Öle, Kräutermischungen in Öl und in Wasser / Alkohol. In allen erwähnten Fällen wird eine um vieles höhere Qualität erzielt, wenn die Auszüge aus frischen Pflanzen und in relativ kleinen Gefäßen gewonnen werden, die die Möglichkeit der Vermischung mit Sauerstoff mit den Stoffen während der Extraktion verhindern.

### Kräutermischung in Öl

Die Extraktion von Kräutern in Öl sollte so viel wie möglich angewendet werden. Diese Methode gilt als die älteste auf dem Gebiet der Extrakt-Gewinnung und deren langfristiger Aufbewahrung. Die Methode basiert auf einer Kräutermischung in Pflanzenöl (aus Olive, Traubenkernen, Palmen und mehr) bei einer Temperatur von ca. 60 Grad für ein paar Stunden. Man kann so eine Extraktion konzentrieren durch wiederholtes Extrahieren mit frischen Pflanzen. Dieser Prozess ist der Wirksamste um ölige Stoffe, einschließlich Duftstoffe, zum Schmelzen zu bringen, da die niedrige Temperatur die Vollständigkeit der Wirkstoffe bewahrt. Dazu lösen sich leicht auf diese Weise "schwere" Stoffe in geringer Konzentration, die entweder zerfallen oder in der Pflanze zurück bleiben, wenn man daraus ätherisches Öl gewinnt. Eine Rückkehr zu dieser antiken Methode (das israelitische Expertentum ist, wie Funde aus Ein-Bokek bezeugen), bei der ebenso eine Oxidation der Stoffe vermieden wird, verleiht den Produkten aus den Pflanzen der Judäischen Wüste eine besondere Wirksamkeit. Aufgrund der hohen Wirkungskraft dieser Auszüge wird darüberhinaus die Verwendung winziger Mengen an Pflanzen möglich und werden auch die für den langfristigen, auf ätherischen Ölen allein basierenden Gebrauch bekannten Nebenwirkungen unterbunden. Die hohe Qualität des verwendeten ätherischen Öls ermöglicht sogar eine Verringerung der für die Behandlung benötigten Menge, verringert ebenso die Nebenwirkungen sowie das Gewöhnungsproblem des Körpers an die Stoffe, wobei deren Wirkung bei längerer Anwendung abnimmt.

Was sind ätherische Öle?

Die von den Pflanzen erzeugten Duftstoffe sind normalerweise nicht wasserlöslich. Diese Eigenschaft ermöglicht deren Freigabe durch die Pflanze ohne Wasserverlust. Diese Stoffe befinden sich in besonderen Drüsen, die sich auf den Oberflächen der Blätter befinden (bei Lippenblütlern wie Minze, Thymian, Ysop, Melisse) oder in den pflanzlichen Geweben (bei Zypresse, Orange, Myrte u.ä.). Auf jeden Fall sind diese Stoffe von den übrigen Teilen der Pflanze isoliert. Die von den Pflanzen erzeugte duftende Mischung enthält mehrere verschiedene Stoffe wenn nicht gar Hunderte (Eukalyptusöl enthält mehr als 150 verschiedene Bestandteile!), zum Teil in einer derart winzigen Menge, dass diese schwer mit labortechnischen Geräten zu identifizieren sind. Die Gewinnung der aromatischen Mischung kann auf verschiedene Weisen erfolgen:

**Pressung:** Die beste Methode, da dadurch das Maximum der Aromastoffe gewonnen werden kann, weshalb sie bei der Ölgewinnung aus Zitrusfrüchten angewendet wird, jedoch nicht bei anderen Pflanzen.

**Extraktion:** Eintauchen der Pflanzen in Öl, wie zuvor beschrieben.

**Destillierung in Dämpfen:** Übertragung eines Dampfstromes der die aromatischen Stoffe mit sich trägt. Nach der Abkühlung der Dämpfe trennen sich die Aromastoffe ab da sie nicht wasserlöslich sind. Der Stoff der mit dieser Methode gewonnen wird heißt "ätherisches Öl". Die Methode ist sehr wirksam, hat jedoch ein paar Beschränkungen: Die Dämpfe können nicht alle Stoffe "tragen". Die schweren Stoffe (wie z.B. Die Coumarine), mit ihren ausdrücklichen Heileigenschaften, verdampfen nach langer Zeit oder bleiben gar in der Pflanze zurück. Die anhaltende Erhitzung auf 100 Grad in Kombination mit Dämpfen zersetzt einen Teil der Aromastoffe (oxidiert sie hauptsächlich). Aus diesen Gründen bevorzugen wir soweit es geht, die Aromastoffe mithilfe der Extraktionsmethode zu gewinnen und die ätherischen Öle auf eine besondere Weise, die ihre maximale Wirkungskraft bewahrt.

Erzeugung ätherischer Öle zu medizinischen Zwecken gegenüber der Erzeugung für Duft und Kosmetika

Der Gewinnungsprozess ätherischer Öle ist viele Male verbessert worden, jedoch waren seine Ursprünge schon in der Antike bekannt, z. B. zur Einbalsamierung der Leichen im pharaonischen Ägypten oder in der indischen Medizin. Die Gewinnung von Ölen aus Pflanzen war auch im antiken Isral ein entwickelter Zweig und enthielt die Erzeugung von Öl aus der Kakifrucht (Persimon), die im ganzen Mittelmeerraum bekannt war.

Heutzutage werden die ätherischen Öle hauptsächlich mittels grober, industrieller Prozesse erzeugt, die auf den Kosmetika- und Parfümmarkt abgestimmt sind. Neben dieser industriellen Gewinnung, ist die Tradition der Ölgewinnung auf eingeschränkte Weise mit hoher (medizinischer) Qualität erhalten geblieben, die zu therapeutischer Verwendung gedacht ist.

Es besteht ein bedeutender Unterschied zwischen diesen beiden Seite **60** von **64**  
**Kosmetische Qualität Medizinische Qualität:**

**Pflanzen:** landwirtschaftlich angebaute Wildpflanzen (erster Wahl), und gespritzte Gewächse frei von Pestiziden

**Herstellungsprozess:**

**Destillation:** schnell (ca. 30 min.) langsam (bis zu 14 Stunden)

**Temperatur und Dampfdruck:** hoch niedrig

**Verwendung von Lösemitteln um die gewonnene Menge zu erhöhen:** Ja  
Nein

## **Verwendung von Antioxidantien: Ja Nein**

**Qualität des ätherischen Öls:** Enthält nur die hauptsächlichsten Bestandteile (unter Hundert), der Pflanze (einige Hunderte); die Duft spenden. Die meisten der langsamen Destillation be- pflanzlichen Stoffe zerfallen bei wahrer Struktur der Stoffe der Destillation. Das Aroma wird keine chemischen Stoffe oder unter Zugabe chemischer, ver- Mischungen anderer Öle dampfender Stoffe, oder werden hinzugegeben erhöht oder durch zusätzliche ätherische Öle.

Somit ist es klar, dass die für die Kosmetikindustrie hergestellten Öle kostengünstiger sind.

Trotz ihres starken Duftes haben diese Öle lediglich eine begrenzte medizinische Wirkung und können sogar manchmal die Gesundheit des Konsumenten gefährden!

Nur die medizinische Qualität gewährleistet Heilkraft innerhalb vielen Anwendungen und ohne Nebenwirkungen. Heute können zum Teil gefälschte ätherische Öle in jedem Naturwarengeschäft unter der Definition "Nahrungsergänzungsmittel" erworben werden. Jedoch stellt deren hohe Konzentration und hohe biologische Wirkung hauptsächlich eine Gefahr bei nicht kontrolliertem Gebrauch dar.

### Über die Giftigkeit der Aromastoffe

Die ätherischen Öle verleihen der Pflanze Schutz vor verschiedenen Schädlingen, Bakterien, Pilzen bis hin zu großen Fressern, Würmern, Insekten und sogar Säugetieren. Von daher ihre für uns bedeutsamen medizinischen Eigenschaften.

Es gibt zwei Wirkungsarten:

- **Wirkung gegen Bakterien und Pilze (in den meisten Pflanzen).**
- **Wirkung gegen große Fresser**, von der Abwehrung des Angreifers bis hin zur Abwehr nach dem Verschlingen mittels Verdauungsstörungen (gezügelter Appetit, Erbrechen, Durchfall, u.ä.), Störungen des Nervensystems (motorische Beeinträchtigung, Senkung des Tonus, des Herzrhythmus und des Blutdrucks u.ä.), und Fruchtbarkeitsstörungen (Verhinderung des Eisprungs, Abtreibung, u.ä...).

**Nicht zu vergessen ist, dass diese Stoffe in erster Linie als Giftstoffe dienen, da sie als Selbstabwehr der Pflanzen wirken.**

Wir können von falschem Gebrauch ätherischer Öle Schäden davontragen, besonders wenn deren Konzentration sehr hoch ist: Ein Liter ätherisches Öl

wird aus 100-1000 Kg Trockenstoff gewonnen. In anderen Worten: ein Teelöffel ätherisches Öl enthält Aromastoff aus 0.5 – 5 Kg Pflanze.

Ebenso dürfen reine ätherische Öle nur zur Behandlung verwendet werden, wenn dies beaufsichtigt und mit besonderer Vorsicht bei folgenden Fällen geschieht:

- **Schwangere** (besonders bis Ende des dritten Monats): Eine falsche Anwendung kann der Entwicklung des Ungeborenen schaden oder gar abtreibend wirken.
- **Kleinkinder (bis zu 2 Jahren)**. Bis zu diesem Alter ist die Leber noch nicht fähig, auf wirksame Weise die Stoffe der ätherischen Öle zu neutralisieren.
- **Bestimmte Kranke**, wie Gelbsuchtkranke oder Senioren, bei denen die Leberfunktion geschwächt ist.

Über die medizinische Wirkung der Aromastoffe

**Gerade aufgrund ihrer Giftigkeit können Aromastoffe in folgenden Bereichen angewendet werden:**

- **Antibiotika** (gegen Pilze und Bakterien). Die Vielfalt an Wirkstoffen verhindert die Gewöhnung der Bakterien an die Stoffe. Deshalb können Bakterien, im Gegensatz zu Antibiotika, bereits mit einer geringen Konzentration an Aromastoffen bekämpft werden.
- **Das Periphere Nervensystem**. Es können innere Prozesse wie Blutdruck, Muskeltonus, Funktion der Atemwege und des Verdauungssystems geregelt werden.
- **Eine indirekte Wirkung auf das Immunsystem**. Die Aktivität (Wirksamkeit gegen Viren) kann erhöht oder verringert werden (Allergien und Asthma).
- **Wirkung auf die Geschlechtsorgane**, besonders auf das Hormonsystem, das mit deren Funktion in Verbindung steht.

In allen diesen Fällen bewirkt die Zusammensetzung der ätherischen Öle einen Ausgleich in den Systemen und keine zeitweise und einmalige Wirkung auf das Problem.

Der Unterschied zwischen Pflanzenextrakten und ätherischen Ölen

Die aktiven Stoffe entstehen durch in den Pflanzen stattfindende, biologische Prozesse.

Daher unterscheiden sich deren Zusammensetzung und Qualität sehr, je nach Pflanzenart, Ort, Anbaubedingungen, Bodenart, Witterungsbedingungen und Jahreszeiten. Eine bergige Gegend verleiht dem gewonnenen Öl normalerweise eine höhere Qualität. Demzufolge unterscheiden sich die Ölzusammensetzungen je nach Entwicklungsstadium der Pflanze (Blüte, Samenreife, etc). Die Zusammensetzung ist sogar von der Tageszeit abhängig, an der die Ernte vollzogen wird.

Selbst wenn man sich diesen Unterschieden bewusst ist, haben ätherische Öle doch gute und weniger gute Jahre, wie Wein. Wie bereits erwähnt ist es wichtig, dass der Destillationsablauf der Öle unter äußerster Beaufsichtigung und Genauigkeit stattfindet.

### **Nur diese Bedingungen gewährleiten den Aufbau der ätherischen Öle und deren sichere, langfristige Verwendung.**

Die Weitergabe dieses Wissens im Jahre 1995 wurde möglich, nachdem ein Ablauf der Einrichtung einer breitgefächerten Datenbank beendet wurde, die Wissen über die in der Judäischen Wüste wachsenden Pflanzen enthielt, über die Identifikation "interessanter" Einzelheiten und der Durchführung von Analysen der chemischen Zusammensetzung des Extraktes (ätherischen Öls), der in einigen Fällen immer noch nicht bekannt war. Diese Untersuchungen ermöglichten die Auswahl von Pflanzen, deren Giftigkeitsgrad am niedrigsten ist.

Ebenso wurde eine weitgehende Recherche über die Wirkung der Extrakte auf Bakterien und Pilze in Petrischalen unternommen (unter Zugabe von Wachstumshemmern, Abtötung u.ä.).

Die Prüfung der Zusammensetzung und der Vergleich mit ähnlichen Inhaltsstoffen mit bekannter Wirksamkeit ermöglichten mit großem Erfolg, zu einer Festlegung der Wirkung jener für die Verwendung ausgesuchter Pflanzen zu gelangen.

Die Wissenslieferanten in diesen Fällen sind auf diesem Gebiet tätige Wissenschaftler (Ärzte, Biochemiker, Botaniker, Apotheker). Demhinzu besteht ein (relativ dünner) Unterbau der Ethnobotanik, d.h. Die Erforschung der traditionellen Verwendung dieser Pflanzen.

Allen diesen Wissensquellen haben wir eine Anzahl von Grundsätzen hinzugefügt, die uns ermöglichten oben ausgeführte Formeln zusammensetzen. Die Vollendung der Formeln enthielt die beaufsichtigte Anwendung innerhalb eines nahestehenden Kreises Freiwilliger, mit denen wir in enger Verbindung standen. Innerhalb einer zweiten Gruppe verringerten wir die Verwendung auf ein paar Heilpraktiker, die von Nahem die

Wirksamkeit der Produkte und die mit deren Verwendung verbundenen Nebenwirkungen beobachteten. Ein Teil der Nebenwirkungen wurde von den Heilpraktikern selber innerhalb diesen Zeitraumes entdeckt und daraufhin Seite 64 von 64 haben diese das Wirkungsfeld der Produkte erweitern können.