

Entgiftung mit Heilpflanzen

Anregung der Ausscheidungsorgane

Löwenzahn

(*Taraxacum officinale*) Die Bitterstoffpflanze wirkt anregend im oberen Verdauungstrakt. Die Wurzel stärkt Nieren, Milz, Leber, Bauchspeicheldrüse, den Darm und den Magen. Die Wurzel hilft dank ihrer leberaktivierenden und antioxidativen Kraft ausserdem bei der Entgiftung.

Echte Goldrute

(*Solidaginis virgaureae herba*) Sie ist das Nierenmittel erster Wahl, steigert die Nierenfunktion und unterstützt die Ausscheidung wasserlöslicher Gifte.

Mariendistel

(*Silybum marianum*) Die wichtigste Heilpflanze, um das Entgiftungsorgan Leber zu schützen und es in seiner Entgiftungsfunktion zu unterstützen. Die Leberzellenregeneration wird stimuliert, Amalgamausleitung unterstützt.

Brennnessel

(*Urtica dioica*) Die Brennnessel wirkt stoffwechsellanregend, harntreibend (entwässernd) und durchblutungsfördernd. Sie ist eine der bekanntesten Pflanzen zur Entgiftung über die Niere.

Giersch

(*Aegopodium podagraria*) Wie viele andere Wildkräuter birgt der Giersch eine Vielzahl an Vitaminen und Mineralien und trägt zur Entgiftung des Körpers bei. Er leitet sehr gut Harnsäure aus und hilft somit bei Rheuma und Gicht.



BRENNNESSEL, BILDNACHWEIS:
ELISABETH SCHEIWILLER

Entgiftung mit Heilpflanzen

Mobilisierung & Ausleitung Schwermetalle

Bärlauch

(Allium ursinum) Quecksilber wird aus den Depots mobilisiert, gebunden ins Blut aufgenommen und über Nieren und Darm ausgeschieden. Bärlauch steigert auch die Zirkulation von Blut und Lymphe, was einen besseren Abtransport von Stoffwechselprodukten und Toxinen bewirkt. Auf guten Stuhlgang und hohen Ballaststoffanteil achten (Lein- oder Flohsamen (Schalen), Plantagosamen).

Knoblauch

(Allium sativum) Er wirkt einer Bleivergiftung entgegen. Schon der Verzehr von 1-3 Zehen täglich kann bleibende Blutveränderungen innerhalb wenige Wochen zurückbilden. Seine Schwefelverbindungen leiten Cadmium und Quecksilber aus, sein Selen besitzt zusätzlich entgiftende Funktion bei Schwermetallvergiftungen.

Koriander

(Coriandrum sativum) Zur Entgiftung wird nur das Koriander**blatt** verwendet, das in der Lage ist, eine effektive Quecksilberentgiftung des Nervensystems und der Depots der Zellen zu bewirken. **Ein- und ausschleichend, nicht ohne Giftstoffbindende Massnahmen anwenden! Nicht in der Schwangerschaft und nicht bei vorhandenen Amalgamfüllungen verwenden.**

Gundelrebe

(Glechoma hederacea) «Königin der Entgiftung!» Sie wirkt schleimlösend, harnsäurelösend, leber- und gallenreinigend, sie wurde seit je her zur Rekonvaleszenz nach langen Krankheiten eingesetzt.



GUNDELREBE, BILDNACHWEIS:
ELISABETH SCHEIWILLER

Entgiftung mit Heilpflanzen

Bindung von Giftstoffen

Blutwurz

(*Potentilla erecta*) Pflanze mit extrem hohem Gerbstoffgehalt, die in der Lage sind, im Darm Gifte und auch Schwermetalle zu binden. Tormentill wirkt durchfall- entzündungs- und keimhemmend, blutstillend, schmerzlindernd. **Keine Dauereinnahme, nicht gleichzeitig mit Medikamenten!**



BLUTWURZ/ TORMENTILL, BILDNACHWEIS:
ELISABETH SCHEIWILLER

Storchschnabel

(*Geranium robertianum*) Hochgeschätzte Heilpflanze im Mittelalter «Gottesgnadenkraut». Er wirkt stark reinigend auf den Körper, er hilft Schwermetalle und andere Giftstoffe aus dem Körper auszuleiten. Regt den Lymphfluss und Stoffwechsel an. Wirkt fruchtbarkeitsfördernd, bei Durchfall, chronischen Entzündungen des Magens und des Verdauungstraktes, bei Hauterkrankungen, Geschwüren, Entzündungen, Ekzemen und Gicht. Er wirkt ausgleichend auf den Säure-Basen-Haushalt des Körpers. Storchschnabel hat antioxidative, gefässschützende, entzündungshemmende, zusammenziehende und blutstillende Eigenschaften. Auf unser Gemüt wirkt der Stinkende Storchschnabel bei Melancholie, Traurigkeit und depressiven Verstimmungen. Auch zur Aufarbeitung von akuten und zurückliegenden Traumata und Schockzuständen unterstützt dieses Kraut.

Lein- und Flohsamen (-Schalen, gemahlen), Wegerich-Samen

Lein- und Flohsamen wirken durch ihre Schleimstoffe (Bindung grosser Wassermengen) darmschleimhautschützend, erhöhen die Darmperistaltik. Es werden Gallensäuren, Giftstoffe und Karzinogen gebunden. Die Samen von Spitz-, Mittel-, und Breiwegerich haben die gleichen schleimbildenden und bindenden Eigenschaften. Sie werden auch «Europäische Flohsamen» genannt. **Immer zusammen mit genügend Wasser einnehmen, v.a. die Flohsamenschalen!!**

Entgiftung mit Heilpflanzen

Anregung Lymph- und Immunsystem, Stoffwechsel, Krebszellenhemmung, Regeneration

Klettenlabkraut

(Galium aparine) Es regt das Lymphgefäßsystem an und stimuliert das Immunsystem. Wirkt reinigend auf unseren Organismus.

Echtes Labkraut

(Galium verum) Im Mittelalter zur Käseherstellung und als Färberpflanze verwendet. Es wirkt harntreibend und entkrampfend. Eingesetzt wird es in der Naturheilkunde zur Behandlung von Blasenleiden und bei Verdauungsstörungen

Wiesenlabkraut

(Galium mollugo) Vergessene Heilpflanze, wurde als Färberpflanze und zur Reinigung von Leber, Galle und Milz verwendet.

Gänseblümchen

(Bellis perennis) Die bindenden Gerbstoffe in den kleinen Blümchen sorgen für eine schleimlösende, entzündungshemmende und blutreinigende Wirkung. Als Korbblütler regt das Gänseblümchen den Wärmeprozess im Blutbereich an, es fördert die Nierentätigkeit, die Intensivierung des Stoffwechsels und damit die Entschlackung des Organismus.



GÄNSEBLÜMCHEN, BILDNACHWEIS:
ELISABETH SCHEIWILLER

Wiesenbärenklau

(Heracleum sphondylium) Er wird «Ginseng der Europäer» genannt. Eine Pflanze zur Regeneration. Gleichzeitig sprach man dieser Pflanze auch die Fähigkeit eines Bären zu: durch das Essen dieses Krautes könne man Bärenkräfte entwickeln! Er gilt zudem als potenzsteigernd. **Aber Vorsicht, bei Berührung kann es zur phototoxischen Reaktionen der Haut kommen, deshalb fürs Sammeln Handschuhe tragen!**