

Verein Netzwerk Gesundheit „natur & therapie“

Interne Information für Ärzte, Therapeuten und Apotheker

Indikationsverzeichnis Therapieempfehlungen

Bewährte Wirkstoffkombinationen -
gereiht nach dem Grad ihrer Bedeutung

Die hier wiedergegebenen Erfahrungswerte stammen aus den Therapeuten-Rückmeldungen des unabhängigen Netzwerk Gesundheit, natur & therapie.

Die hier genannten Naturmittel

- Dürfen aus rechtlichen Gründen nur intern mit ihren Wirkungen beschrieben werden,
- Sind am besten mit energetischen Methoden auszutesen, da nie alle Mittel benötigt werden, aber jedes in Frage kommen kann,
- Sind therapeutisch wirksam dosiert (Kinder die Hälfte oder jeden 2. Tag),
- Sind oft in Kombination am erfolgreichsten,
- Für Schwangere/Stillende sind nur wenige geeignet, da zu wenig erforscht: Krillöl, Baobab, Akazienfaser, Micro Base, Acerola, Acerola+Zink, Vitamin-B Komplex, Eisen-Chelat, Silizium flüssig, Lactobac, Aronia, Gerstengras, Champignon Vitamin D+K2, Traubenkernextrakt (OPC)+Q10, Aminosäuren I und III, Baobaböl, Sango Meeres Koralle

Abnehmen

siehe Übergewicht

ADS (ADHS) Syndrom

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: Kinder 1 Kps, später auch jeden 2 Tag
Wirkung: Verbessert Gehirnstoffwechsel, Energiebereitstellung, Lernvermögen, Konzentrationsfähigkeit und den für Ausgeglichenheit und Antrieb so wichtigen Dopamin- und Serotoninspiegel

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: Kinder 1 Kps
Wirkung: Hat große Bedeutung für Nerven, Stimmung, Stresstoleranz und Gehirnfunktionen. Ist die Stoffwechselstörung HPU die Ursache, gelingt Besserung nur durch Vitamin-B Komplex und Zink

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder jeden 2. Tag eine Kps
Wirkung: Eisenmangel macht müde, infektanfällig und unkonzentriert

MSM Kps

Tagesdosierung: Kinder 1-4 Kps
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, bei Verdacht auf ADS durch Schwermetallbelastung

Aminosäuren I und III Kps

Tagesdosierung: Kinder nehmen 2x1 Kps von Amino I bzw. 2x1 Kps von Amino III

Wirkung: Aminosäuren I enthält alle essentiellen Aminosäuren, wobei Glutamin, Lysin und Valin besondere Bedeutung haben bei ADS. Aminosäuren III enthält Cystein und Taurin, die bei ADS wichtig sein können

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 x 1 Messerspitze in Wasser

Wirkung: Bindet Giftstoffe, entlastet Darm und indirekt die Leber, bei ADHS durch Schwermetalle

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: Kinder 6-10 Kps

Wirkung: Oft hilft Gerstengras aufgrund seines immensen Nährstoffreichtums

Akne

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: Tagesdosierung 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi ist ein großartiges Hausmittel bei Akne und anderen Hautirritationen, entzündungshemmend, antiseptisch. Man trinkt Tee und verwendet ihn äußerlich, den Sud auch direkt auf Pickel drücken.

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Senkt Entzündungsbereitschaft des Gewebes, bessere Talgverteilung

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig für sämtliche Hautfunktionen wie Wundheilung und die Nerven

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Oft erfolgreich bei Akne infolge hormonellen Ungleichgewichts und Stress

Rotklee + Yams + Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei Akne infolge hormonellen Ungleichgewichts

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 x 1 Messerspitze in Wasser

Wirkung: Bindet Giftstoffe, entlastet Darm und indirekt die Leber, entsäuert, auch äußerlich anwendbar (wie Puder)

Baobaböl Kps

Tagesdosierung: Nach Belieben dünn auftragen

Wirkung: Baobaböl ist antikomedogen (nicht-verstopfend) und hat regenerative Wirkung bei allen Hautentzündungen und Störungen der Hautbarriere

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Reinigt Blut, Darm, Leber und Nieren, die besonders mit dem Hautbild zusammenhängen, entsäuert

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Äußerlich und innerlich anwenden, wirkt gegen Bakterien, entzündungshemmend, verbessert Hautbild

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entzündungshemmend, verbessert das Hautbild, entgiftet, entlastet die Leber

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei stressbedingten Hautproblemen

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2 Tl in Wasser

Wirkung: Entsäuerung durch basische Mineralstoffe Kalzium und Magnesium, enthält keine Süßungsmittel. Magnesium reduziert Stress und somit auch stressbedingte Akne

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Entsäuerung durch basische Mineralstoffe Kalzium und Magnesium. Magnesium reduziert Stress und somit auch stressbedingte Akne

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bei Akne, Hautunreinheiten und eitrigen Stellen

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Zinkmangel kann Ursache für Akne oder Wundheilungsstörung sein. Zink verlangsamt die Talgdrüsentätigkeit, fördert die Wundheilung und setzt die Entzündungsgefahr herab.

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringas äußerst seltenes Antioxidans Zeatin, ein Wachstumshormon, beschleunigt die Hautregeneration

Akute Infekte

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Sternanis Kps

Tagesdosierung: zu Beginn bis zu 3-5 Kps alle 3 Stunden, Kinder 2 Kps alle 3 Stunden

Wirkung: Antiviral, antibakteriell, verhindert die Vermehrung der Viren wird, schleimlösend, krampflösend, Kindern auf Honig geben, bei Husten nachts mit etwas Creme auf die Fußsohlen streichen, Socken darüber

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x3 bis 3x3 Kps

Wirkung: Vitalpilze wirken antiviral, antibakteriell, fördern das Immunsystem

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: 1x4 Kps bis 2x8 Kps

Wirkung: Artemisia hilft bei jeder Art von Erreger, da es antibiotisch, antiviral und antiparasitär wirkt

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi ist entzündungshemmend, auch bei durch Viren oder Pilze ausgelösten Entzündungen und bei Schmerzen. Tulsi ist vorbeugend und begleitend hilfreich bei kleineren Infekten mit Kopfschmerzen, Halsschmerzen, Erkältung, Husten und Fieber

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2x1 El in Fruchtsaft oder Smoothie, bei Fieber auch problemlos öfter

Wirkung: Antiviral, antibakteriell, Fieber senkend, schleimlösend, hustenlindernd, entzündungshemmend, reich an Vitamin C, nicht geeignet bei Fruktoseunverträglichkeit

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Stärkt das Immunsystem, Zinkmangel kann Ursache für Infektanfälligkeit sein. Zink produziert weiße Blutkörperchen, die schädliche Viren und Bakterien angreifen

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Aktiviert das Immunsystem gegen jede Art von Erreger

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, versieht die besonders infektanfälligen Schleimhäute mit einem Schutzfilm gegen Viren, Bakterien und Pilze, entzündungshemmend, schmerzstillend, besonders bei Entzündungen an den Schleimhäuten

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Wirkt gegen entzündungsauslösende Viren und Bakterien, entzündungshemmend

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Oft begleitend sinnvoll, produziert das natürliche Antibiotikum „Acidophilin“, fördert die gesunde Darmflora, stärkt das Immunsystem gegen Bakterien, Viren, Pilze, schützt die Darmflora während Antibiotikabehandlung und baut sie danach wieder auf

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Stärkt das Immunsystem, Vitamin-D Mangel kann Ursache für Infektanfälligkeit sein

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise +Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Sowohl Astaxanthin als auch Vitamin D stärken das Immunsystem

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-6 Tassen oder bis 3x3 Kps

Wirkung: Antibakteriell, antiviral, auch bei Kinderkrankheiten wie Scharlach oder Masern

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Die enthaltenen Sulforaphane helfen bei Atemwegsentzündungen

Allergie

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten), siehe auch Zellatmung

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2, als Soforthilfe 2-6 Kps
Wirkung: Unterstützt maßgeblich das Immunsystem, unterbricht die Histaminausschüttung im Akutfall und stoppt allergische Reaktionen, bei allen Allergietypen, schon vor der Belastungszeit mit kleiner Dosis beginnen. Bei Heuschnupfen und anderen Allergiesymptomen.

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps
Wirkung: OPC senkt die Histaminausschüttung und reduziert Allergiesymptome oft sehr erfolgreich

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps (ein Monat vor Allergie beginnen)
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm, der sie vor potentiellen Allergenen schützt, entzündungshemmend

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Weihrauch ist ein natürliches Antihistaminikum. Hilft vor allem bei Heuschnupfen, allergisch bedingter Entzündung der Bindehaut und allergischen Ausschlägen (Nesselsucht)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 2x3 Kps
Wirkung: Vor allem bei zusätzlichen Nahrungsmittelunverträglichkeiten unterstützt Hericium Magen und Darm, balanciert ebenfalls das Immunsystem

Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Sehr wirksam bei Pollenallergie, allerg. Asthma und allerg. Hautreaktionen, balanciert Immunsystem

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Wird häufig bei Allergien eingesetzt, da er das Immunsystem positiv und regulierend beeinflusst, gegen starke Schleimbildung, gleicht Milz-Qi-Schwäche aus

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Bei Nebennierenschwäche und verringerter Eigen-Cortisolproduktion

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder auch mehr
Wirkung: Senkt Entzündungs- und Allergiebereitschaft des Gewebes (nicht bei Allergie auf Meerestiere), gleicht Immunsystem aus, bei Sonnenallergie oft Vitamin D-Mangel

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps, bei Mangel auch mehr
Wirkung: Bei Vitamin D-Mangel kann es zur Sonnenallergie und verstärkter Allergieneigung kommen

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-6 Tassen Tee oder 2x3 Kps
Wirkung: OPC und andere Antioxidantien senken die Histaminausschüttung und reduzieren Allergiesymptome

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener EL in Wasser oder Saft
Wirkung: Oft sehr wichtig, regt Darmbakterien zur Bildung eines Schutzfilms auf der Darmschleimhaut an, bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten, die oft mit einer Rolle spielen

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Fördert die gesunde Darmflora, schützt das Immunsystem, bei Nahrungsmittelunverträglichkeit (erzeugt Laktase, Lipase, Protease bei Unverträglichkeiten infolge Enzymmangels)

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps
Wirkung: Das enthaltene L-Glutamin regeneriert die Schleimhäute und hilft den Thiolspiegel (für die DNA Reparatur) wieder aufzufüllen, Methionin unterstützt den Histaminabbau

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2-3x1 TL in Wasser
Wirkung: Kalzium und Magnesium erhöhen die Reaktionsschwelle für allergische Reize, Vitamin C baut Histamin schneller ab und reduziert freie Radikale, die bei Allergien vermehrt auftreten, Aronia wirkt sich auch günstig aus bei Allergien. Magnesium stoppt die Histamin-Ausschüttung.

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Kalzium und Magnesium erhöhen die Reaktionsschwelle für allergische Reize, Magnesium stoppt die Histamin-Ausschüttung

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps
Wirkung: Vitamin-B Mangel kann bei Allergien eine ganz entscheidende Rolle spielen, vor allem, wenn Histamin erhöht ist, aber kein Allergieauslöser gefunden werden kann

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps
Wirkung: Zink hemmt Histaminausschüttung und ist am Histaminabbau beteiligt, wirkt an Cortisolbildung mit und lindert dadurch Entzündungsprozesse

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Bei allergischer Rhinitis und Asthma

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 1 gestrichener TL in Wasser
Wirkung: Entsäuert, bindet Gifte im Darm, wirkt gegen Darmdysbiosen und Nahrungsmittelunverträglichkeiten sowie bei Histaminüberschuss

Chlorella Plg

Tagesdosierung: 2x3 Presslinge oder getestete Menge
Wirkung: Bei Allergien durch Schwermetallbelastung

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps
Wirkung: Aufgrund der vielseitigen Gerstengras-Inhaltsstoffe wirkt sich Gerstengras besonders günstig auf Allergien aus

Altersflecken

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Baobaböl

Tagesdosierung: nach Belieben dünn auftragen, als Nasenöl einige Tropfen in jedes Nasenloch, vaginal in eine Spritze füllen und 1-3x am Abend einführen

Wirkung: Baobaböl ist ideal für reife Haut, trockene und barrieregestörte Haut aufgrund des hohen Gehalts an gesättigter Palmitinsäure. Palmitinsäure reguliert den Wasserverlust und beugt Altersflecken vor.

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Verzögert Alterung, entgiftet, baut Ablagerungen in der Haut ab, auch gegen Falten, antioxidativ

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3 Tassen Tee oder 3x2 Kps

Wirkung: Antioxidantien des Aroniabeerentresters wirken gegen Bildung von Altersflecken

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Antioxidativ, gegen negative Folgen der UV-Strahlen. Pigmentflecken verschwinden bei längerer Einnahme durch Hemmung der Melanin produzierenden Zellen

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringas äußerst seltenes Antioxidans Zeatin, ein Wachstumshormon, beschleunigt die Hautregeneration und bremst die Hautalterung. Moringa kann bei Hautschädigungen und zur Verjüngung der Haut eingesetzt werden.

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi hilft sowohl von innen als auch von außen bei Altersflecken

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 x 1 Messerspitze in Wasser

Wirkung: Entgiftet, löst Ablagerungen in der Haut, vielfach bei Altersflecken erprobt

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1-3 Kps

Wirkung: Zinkeinnahme über 4 bis 6 Monate kann Altersflecken verschwinden lassen, antioxidative Wirkung

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Übersäuerung kann Altersflecken begünstigen, Gefäßschutz, befreit Gefäße von Ablagerungen, fördert Gehirnfunktionen und Blutfluss, schützt Organe vor Verschleiß durch freie Radikale, glättet die Haut

Alterung, vorzeitige

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Antioxidativ durch Astaxanthin, schützt die Zelloberfläche und damit den Zellkern vor Oxidation (=Alterung), regeneriert, verbessert Zellneubildung und Zellstoffwechsel, Gefäßschutz, befreit Gefäße von Ablagerungen, fördert Gehirnfunktionen und Blutfluss, schützt Organe vor Verschleiß durch freie Radikale, glättet die Haut

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Auch „Pilz der Unsterblichkeit“ genannt, Anti-Stress-Wirkung, fördert Herz-, Kreislauf und vermindert Gefäßverengungen, reduziert altersbedingte Schädigungen der Leber, des Herzens und der Nieren, Immunsystem, Entgiftung, Vitalität, bei sehr vielen Beschwerden wirksam, bei Altersflecken und Falten, antioxidativ.

Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium oder Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps (Auricularia 1-3)

Wirkung: Antioxidativ, entgiftend, stärkend, verjüngend, für alle Organsysteme, erhöhte Sauerstoffversorgung
Achtung: Auricularia wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Mangan in Moringa sorgt für eine Vielzahl von Eiweißproduktionsstätten, die wichtig sind für die Zellerneuerung. Kommt es zu einem Mangel, können die Zellen nicht richtig regeneriert werden und es kommt zu vorzeitiger Alterung

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 2-3 Tassen Tee oder 3x2 Kps

Wirkung: Die Antioxidantien des Aroniabeerentresters wirken gegen Verschleiß und gegen Alterung auslösende freie Radikale, glätten die Haut, schützen Gefäße, Gehirn und Organe vor freien Radikalen

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi gilt als Lebenselixier und Jungbrunnen, entspannt, schützt Gefäße

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Auch „Kraut der Unsterblichkeit“ genannt, erleichtert die Anpassung an Stress, wirkt verjüngend und ausgleichend auf Nerven und Gefäße, gleicht Blutdruck aus, senkt Cholesterin, fördert Blutfluss

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Antioxidative Wirkung, befreit Gefäße von Ablagerungen

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL in Wasser

Wirkung: Für alle Körperstrukturen, Stützgewebe, Gefäße, Knochen, oft Mangel im Alter, hält Bindegewebe, Knochen und Gefäße elastisch

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Hautalterung ist auf Schäden der Hautzellen, Faserproteine und faserbildende Zellen durch freie Radikale zurückzuführen, wodurch die Elastizität und Straffheit der Haut nachlässt. Zusätzlich trocknet die Haut aus, da sie durch den Rückgang von Kollagen nicht mehr so viel Wasser speichern kann. OPC des Traubenkerns wirkt antioxidativ und fördert die Hautregeneration in vielfältiger Hinsicht.

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Mangel spielt im Alter eine große Rolle, wichtig für die Nerven und gegen Alzheimer

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Vitalisierend, stärkend, Ausgangsstoff für DHEA, das „Prohormon der Jugend“ – Gegenspieler des Stresshormons Cortisol

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Antioxidantien gegen Alterungsprozesse auslösende freie Radikale

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Hoch dosierte Bioflavonoide als Gefäßschutz, antioxidativ

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entgiftet, hält Körperstrukturen elastisch, wirkt antioxidativ, entzündungshemmend, verbessert die Sauerstoffaufnahme uvm.

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Antioxidans, gut für Gefäße, speziell auch des Gehirns

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Zur Stressanpassung, vitalisierend, leistungssteigernd, verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, verjüngend und ausgleichend auf Nerven und Blutdruck

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 1 gestrichener TL in Wasser

Wirkung: Gegen Umweltgifte und im Körper selbst produzierte Gifte, wirkt somit einer übermäßigen Bildung von freien Radikalen und dadurch ausgelösten Alterungsprozessen entgegen

Alzheimer

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Schützt die Nerven und beeinflusst alle Faktoren, die bei der Entstehung von Alzheimer eine Rolle spielen

Hericium Vitalpilz

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Fördert Bildung des Nervenwachstumsfaktors, der bei Alzheimer erniedrigt ist, Nervenregeneration

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Verbessert den Gehirnstoffwechsel und alle dort ablaufenden Prozesse inklusive Energiebereitstellung. Verbessert den für Stimmung und Antrieb wichtigen Dopamin- und Serotoninspiegel. Das Cholin aus den Phospholipiden des Krillöls hebt den für die Merkfähigkeit wichtigen Acetylcholin-Spiegel. Reduziert Gefäßablagerungen und Entzündungen, schützt die Nervenzellen vor Oxidation.

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig zur Senkung von erhöhtem Homocystein im Blut (ein Alzheimer-Auslöser)

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Silizium bindet Aluminium (ein Alzheimer-Auslöser)

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Hoher Borgehalt verbessert die Gehirnfunktion. Im Ayurveda wird Moringa bei Alzheimer eingesetzt

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1-3 Kps

Wirkung: Durchblutungsfördernd, antioxidativ

Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden.

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 2-3 Tassen Tee oder 2x1 Kps, problemlos auch mehr

Wirkung: Gegen Verschleiß und gegen Alterung auslösende freie Radikale, schützt Nervenzellen vor Entzündung - ein Nebeneffekt der extrem starken antioxidativen Wirkung

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Hervorragende Wirkung auf Gefäße generell, antioxidativ, verbessert kognitive Fähigkeiten

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Antioxidativ, auch im Gehirn gefäßschützend, Anti-Aging Mittel

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, dringt bis ins Gehirn vor, entgiftet Umweltspeichergifte wie Schwermetalle, die mit Alzheimer in Zusammenhang stehen können

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Durch Anregung der Botenstoffe mental leistungssteigernd, bei Konzentrationsstörungen, Aggressionen, Depressionen, anregend fürs Gehirn, zusätzliche Energiebereitstellung, fördert die Verarbeitungsfähigkeit, antioxidative Wirkung

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Durch Anregung der Botenstoffe mental leistungssteigernd, bei Konzentrationsstörungen, Aggressionen, Depressionen

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Erweitert auch im Gehirn die Gefäße, verbessert Durchblutung

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Antioxidativ, verhindert Oxidation des LDL-Cholesterins und damit ein Anlegen an den Gefäßwänden, reduziert Gefäßablagerungen, fördert die Durchblutung

Analfissuren siehe Hämorrhoiden (dieselben Mittel)

Anämie siehe Blutmangel

Angina siehe auch Bakterien

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 6-8 Kps oder mehr

Wirkung: Vitalpilze stärken das Immunsystem und regen es an, Sofortmittel, starke antibakterielle Wirkung, entzündungshemmend, schnelle Linderung bei hoher Dosierung!!!

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: alle 2-3 Stunden 2 Kps

Wirkung: Natürliches Antibiotikum, rasche Wirkung auch bei Antibiotikaresistenz

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi wirkt entzündungshemmend, auch bei durch Viren oder Pilze ausgelöste Entzündungen und bei Schmerzen. Tulsi ist begleitend hilfreich bei Halsschmerzen, Erkältung, Husten und Fieber.

Angina Pectoris siehe Gefäßerkrankungen

Angst

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei Angst, Depression, Leere, nierenstärkend – Ängste und Depressionen entstehen auch bei geschwächter Nierenenergie (TCM)

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Antidepressiv (auch bei hysterischen, phobischen Symptomen und bipolaren Störungen) durch Anregung der Botenstoffe, bei Angststörungen, jedoch nicht empfehlenswert bei Wahnvorstellungen, nicht abends einnehmen, da er Energie spendet

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Erleichtert die Anpassung an Stress, Rhodiola wirkt antidepressiv und reduziert Ängste, Cordyceps ebenfalls, Jiaogulan gleicht schwache Nerven aus

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Entstresst, stärkt schwache Nerven durch Anregung des Nervenwachstumsfaktors, lindert Unruhe-, Angst- und Spannungszustände

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Basis für ausgeglichene Nerven, unter Stress werden B-Vitamine vermehrt verbraucht, Vitamin-B Komplex ist wichtig für die Nerven, auch bei Panikattacken

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Verbessert den Gehirnstoffwechsel und alle dort ablaufenden Prozesse inklusive Energiebereitstellung, reduziert Ängste durch entzündungshemmende Wirkung, Entzündungen aktivieren das Angstzentrum (!)

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Weihrauch entstresst und entspannt. Bei Angststörungen wirkt Weihrauch beruhigend und wohltuend

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi wirkt auf die Psyche und wird bei depressiven Verstimmungen und Ängsten empfohlen. Tulsi führt in die Entspannung. Es reguliert den Cortisol-Spiegel und stabilisiert den Hormonhaushalt

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Nerven stärkend und ausgleichend

Aphten

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Baobaböl

Tagesdosierung: nach Belieben dünn auftragen

Wirkung: Entzündungshemmendes Baobaböl hilft bei schmerzhaften Aphten (nicht schlucken)

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: Tulsi- Spülungen

Wirkung: Tulsi heilt und hemmt Entzündungen

Appetitausgleich

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa sorgt aufgrund von scharfen und zugleich bitteren Senfölglycosiden für Anregung der Verdauung, Hemmung des Appetits und besseres Sättigungsgefühl

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Hilft schnell bei Appetitlosigkeit und Abmagerung infolge Krebs und sorgt für Gewichtszunahme bei Abmagerung. Andererseits helfen seine Enzyme auch bei Übergewicht.

Mate Tee

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Reduziert sehr stark das Hungergefühl, versorgt mit Mineralstoffen, B-Vitaminen, Antioxidantien

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 2x3 Kps statt normalerweise 3 Kps

Wirkung: Dämpft Hungergefühl und fördert Verdauung durch Bitterstoffe, regt Fettverbrennung an

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Einige B-Vitamine sind fürs Abnehmen unverzichtbar, etwa B6, B2 und B3. Fettabbau, Sättigung und Balance des Blutzuckerspiegels hängen damit zusammen.

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr

Wirkung: Ballaststoffe dämpfen das Hungergefühl

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr

Wirkung: Ballaststoffe dämpfen das Hungergefühl

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei Appetitschwankungen, Appetitlosigkeit, Bitterstoffe regen Verdauungssäfte an, fördern Sättigungsgefühl und helfen auch bei Übergewicht

Arteriosklerose siehe Gefäßerkrankungen

Arthritis

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Weihrauch lindert sämtliche Entzündungen des Bewegungsapparates. Arthritis wird durch Hemmung der entzündungsauslösenden Leukotriene positiv beeinflusst. Außerdem wirkt Weihrauch abschwellend und kann Schmerzen reduzieren.

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps, akut auch bis 6 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Entzündungshemmend, senkt CRP-Wert im Blut, schmerzlindernd dank Astaxanthin, senkt generell die Entzündungsbereitschaft des Gewebes und hemmt Voranschreiten von Arthritis, Vitamin D dämpft überschießende Immunreaktionen und reduziert die Selbstzerstörung von Zellen

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps, bei Schmerzen bis zu 6 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, Erhaltung der Funktionsfähigkeit und Regeneration der Gelenke und Gelenksflüssigkeit, entzündungshemmend, schmerzstillend

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn stärkt den Bewegungsapparat und wird aufgrund seiner stoffwechsellagernden Wirkung bei Rheuma und Gicht angewendet. Löwenzahn lindert Schmerzen in Muskeln und Sehnen.

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Hoher Gehalt an natürlichem Bor wirkt Verkalkungen im Weichteilgewebe entgegen und zeigt gute Wirkung bei Arthritis

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi aktiviert das stark antioxidative Enzym "Superoxiddismutase" (SOD) in den Zellen. Die Aktivierung von SOD lindert Schmerzen, Schwellungen und Entzündungen bei Arthritis.

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Lindert die Schmerzen bei Arthritis und hemmt die Synthese von Prostaglandinen, welche für Entzündungen verantwortlich sind

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps.

Wirkung: Ingwer ist aufgrund seiner Ginerole stark entzündungshemmend und schmerzstillend. Ein adäquater Ersatz für nichtsteroidale Schmerzmittel. Ingwer hemmt das Cyclooxygenase-2 Enzym (Cox-Hemmer), welches u. a. bei Rheuma verantwortlich ist.

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Balanciert Immunsystem bei Rheuma und Gicht, entzündungshemmend, entsäuernd, schmerzlindernd

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 3x1 gehäufte TL in Wasser

Wirkung: Entsäuerung durch mikronisierte Kalzium- und Magnesiumcitrate, Kalzium kann Arthritis-Schmerzen lindern, Citrate beinhalten weder Magensäure noch Verdauung (Mineralstofflösung)

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Entsäuerung senkt die Entzündungsbereitschaft, Kalzium kann Arthritis-Schmerzen lindern. Nicht bei zu wenig Magensäure.

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Verbessert Gelenksteife und Schmerzen

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 EL auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Entzündungshemmend dank seiner Enzyme

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 x 1 Messerspitze in Wasser, + Vollbäder oder Teilbäder

Wirkung: Leberentgiftung, entzündungshemmend, entsäuernd

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Klassisches Ayurveda-Mittel bei Arthritis, entzündungshemmend, Leberentgiftung

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Leber, Niere, Blut reinigend, entsäuernd, entzündungshemmend, entwässernd

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Wirkt entzündungshemmend, antioxidativ

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 2-3 Tassen Tee oder 2x1 Kps, problemlos auch mehr

Wirkung: Bewährt bei Gelenkentzündung durch hohen Gehalt an Antioxidantien

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Dämpft überschießende Immunreaktionen und reduziert damit die Selbstzerstörung von Zellen

Arthrose

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Wichtiger Grundstoff für den Körperaufbau (Bindegewebe, Sehnen, Gelenke)

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps, bei Schmerzen bis zu 6 Kps
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, stärkt Funktionsfähigkeit und Regeneration der Gelenke und Gelenksflüssigkeit, entzündungshemmend, schmerzstillend

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Entzündungshemmend, schmerzlindernd dank Astaxanthin, senkt generell die Entzündungsbereitschaft des Gewebes und hemmt Voranschreiten von Arthritis, schützt Restfunktion

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Unterstützt den Aufbau von Sehnen, Bändern, Bindegewebe, Muskeln, Gelenken, Knochen

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps.
Wirkung: Ingwer ist aufgrund seiner Ginerole stark entzündungshemmend und schmerzstillend. Ein adäquater Ersatz für nichtsterioide Schmerzmittel.

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Weihrauch lindert sämtliche Entzündungen des Bewegungsapparates. Bei Arthrose, wenn noch eine Entzündung vermutet wird

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Aufgrund seiner stoffwechsellanregenden Wirkung wird Löwenzahn erfolgreich bei Schmerzen in Muskeln, Sehnen und bei Arthrose angewendet

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Hoher Gehalt an natürlichem Bor wirkt Verkalkungen im Weichteilgewebe entgegen und zeigt gute Wirkung bei Arthrosebeschwerden

Reishi oder Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: : 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Versorgt Gelenke mit Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen sowie wichtigen Aminosäuren

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Hilft bei Gelenkschmerzen vor allem bedingt durch Ablagerungen

Asthma

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Durch die Einnahme vom Boswellia-serrata-Extrakt kommt es zu einem stark erhöhten Anstieg des Ausatemvolumens. Vor allem bei allergisch bedingtem Asthma werden durch Weihrauch Leukotriene (Entzündungsvermittler) natürlich und effektiv gehemmt. Weihrauch hilft ebenfalls bei Lungenfibrose und Atmungsschmerzsyndrom.

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps (ein Monat vor Allergie beginnen)
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm gegen Allergene, beeinflusst positiv bei Lungenbeschwerden, verbessert die Sauerstoffaufnahme der roten Blutkörperchen und die Elastizität des Lungengewebes

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Hilft aufgrund seiner entzündungshemmenden Eigenschaften bei Asthma

Reishi oder Cordyceps Vitalpilz oder Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 2x3 Kps
Wirkung: Erleichtert das Ausatmen, bei allen Lungenerkrankungen, entzündungshemmend, schleimlösend, antiviral, antibakteriell, auch bei Schimmelpilz-Belastung, Allergenen, verbessert Sauerstoffversorgung, Reishi wirkt histaminsenkend

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Entzündungshemmend, Senkung der Entzündungs- und Allergiebereitschaft des Gewebes, erhöht Elastizität des Lungengewebes, vor allem bei Asthma durch Anstrengung

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Klassisches Ayurveda-Kraut bei Asthma, erweitert Bronchien, verhindert das Zusammenschnüren der Bronchien

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL in Wasser
Wirkung: Silizium ist für die Elastizität des Lungengewebes von großem Wert und wirkt zusätzlich entzündungshemmend

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Tulsi hilft bei Asthma aufgrund der Inhaltsstoffe wie Cineole, Camphen und Eugenol. Sie lösen Schleim, befreien die Atemwege und sorgen für erleichtertes Atmen. Tulsi fördert das Abhusten bei Asthma.

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Antioxidantien wirken oft sensationell bei Allergien, auch bei allergischem Asthma

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-6 Tassen oder 3x2 Kps
Wirkung: Antioxidantien wirken oft sensationell bei Allergien, auch bei allergischem Asthma

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Brokkoli-Sulforaphane helfen bei Atemwegsentzündungen und Allergien sowie daraus resultierendem Asthma

Atemnot

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Bei allen Lungenerkrankungen, entzündungshemmend, schleimlösend, antiviral, antibakteriell, auch bei Schimmelpilz-Belastung, verbessert Sauerstoffversorgung

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: : 2 Kps

Wirkung: Bei Kurzatmigkeit, Lungenemphysem, die Phospholipide des Krillöls fördern die Lungenschleimhaut

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Hilft bei Atemnot, Bronchitis, Lungenentzündung, Lungenemphysem

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm gegen Allergene, beeinflusst positiv bei Lungenbeschwerden, verbessert die Sauerstoffaufnahme der roten Blutkörperchen und die Elastizität des Lungengewebes, gut bei Lungenemphysem

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Atemnot kann auf Vitamin B-Mangel zurückzuführen sein

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL in Wasser

Wirkung: Für die Elastizität des Lungengewebes von großem Wert und zusätzlich entzündungshemmend

Atemwegserkrankungen

siehe Bronchitis, grippaler Infekt

Augeninnendruck erhöht

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel wird klassisch im Ayurveda bei erhöhtem Augeninnendruck und grünem Star eingesetzt, stellt die Gefäße weiter

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Verbessert den Blutfluss, gegen verengte Gefäße, leicht Blutdruck senkend, sehr gut bei erhöhtem Augeninnendruck, antioxidativ

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1-3 Kps, bei guter Verträglichkeit auch mehr

Wirkung: Erweitert Blutgefäße, dadurch sinkt der Augeninnendruck

Achtung: Blutverdünnend- nicht bei Einnahme von Blutverdünnungsmitteln

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi ist ein Ayurveda-Mittel gegen grünen Star

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Gefäßschützende Wirkung, erhöht Elastizität der Blutgefäße, dadurch weniger Bluthochdruck und Normalisierung des Augeninnendrucks, erhöhter Augeninnendruck erhöht den oxidativen Stress im Auge, daher sind Antioxidantien hier so wichtig

Lutein + Zeaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Antioxidative Wirkung, oxidativer Stress erhöht hingegen den Druck im Auge

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3 Tassen oder 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Senkt Bluthochdruck und daher auch den Augeninnendruck, antioxidativ

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: L-Arginin erweitert Gefäße, senkt dadurch den Augeninnendruck zusammen mit dem Blutdruck

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Carnitin vermindert LDL-Cholesterin und Apolipoprotein A1, reduziert oxidiertes LDL-Cholesterin, Arginin verbessert den Blutfluss, hilft Blutzucker zu regulieren, erweitert Gefäße, senkt Bluthochdruck

Autoimmunerkrankungen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps bis 2x3 Kps oder mehr

Wirkung: Alle Vitalpilze balancieren (gleichwertig) das Immunsystem bei Autoimmunerkrankungen, die richtige Auswahl trifft man durch Austesten oder je nachdem, wo die Entzündungen auftreten.

Magen-Darm-Nerven: Hericium, Schilddrüse: Cordyceps, Gelenke, Muskeln: Cordyceps, Reishi, Haut, Schleimhaut: Reishi, Cordyceps

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Begleitend beste Erfahrungen bei verschiedenen Autoimmunerkrankungen wie Rheuma, Morbus Crohn, Lupus erythematodes, MS

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Vitamin D moduliert das gegen körpereigene Zellen antretende Immunsystem, dämpft überschießende Immunreaktionen und reduziert damit das Risiko für die Selbstzerstörung von Zellen. Andererseits wirkt es entzündungshemmend. Die ersten Lebensmonate sind für die Prävention gegen Autoimmunerkrankungen wie Lupus erythematodes, MS, Rheuma, Diabetes Typ I besonders wichtig.

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Hervorragende Unterstützung bei allen Autoimmunerkrankungen, auch MS, Lupus erythematodes, Nephropathien, Morbus Crohn, entzündungshemmend, schützt Zellmembranen, auch von Nervenzellen

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Der immunmodulatorische Effekt von Curcumin hilft bei Autoimmunerkrankungen wie Rheumatoide Arthritis, Psoriasis, Lupus erythematodes und Multiple Sklerose

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps
Wirkung: Kühlt Leberhitze bei Autoimmunerkrankungen

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Boswelliasäuren hemmen das Komplementsystem, das für überschießende Reaktionen bei Autoimmunerkrankungen verantwortlich ist. Lupus erythematodes kann so mit Weihrauch unterstützend behandelt werden. Weihrauch hilft ebenfalls bei Autoimmunerkrankheit ungeklärter Ursache, bei der es zur Bildung zahlreicher Auto-Antikörper und Immunkomplexen kommt, die entzündliche Vorgänge auslösen.

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Moringa ist reich an Mangan. Es aktiviert Enzyme, die bestimmte Vitamine, vor allem Vitamin B1 und Vitamin C, im Stoffwechsel funktionstüchtig machen. Moringa und Vitamin C können Lupus erythematodes entgegenwirken.

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps bis 3x2 Kps
Wirkung: Stark entzündungshemmend, schmerzstillend, bei Lupus erythematodes, MS, Sklerodermie uva.

Bakterielle Infekte

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps oder alle 2-3 Stunden 2 Kps
Wirkung: Bei Bakterien, Viren und Pilzen, entzündungshemmend, natürliches Antibiotikum

Reishi, Cordycep, Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x3 Kps oder mehr
Wirkung: Alle Vitalpilze balancieren das Immunsystem und wirken antibakteriell, speziell gute Erfahrungen mit Cordyceps bei Borreliose und Streptokokken und wirkt auch vorbeugend gegen bakterielle Erkrankungen. Speziell gute Erfahrungen mit Hericium bei Neuro-Borreliose.

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x3 Kps oder mehr
Wirkung: Wie alle Vitalpilze balanciert das Immunsystem aus und wirkt antiviral, speziell gute Erfahrungen bei Borreliose, Streptokokken, auch Staphylokokken, E. coli, Klebsiellen, Listerien, Toxoplasmose

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Wirkt aufgrund seiner antibiotischen Eigenschaft gut bei bakteriellen Infekten, auch auf den MRSA-Krankenhauseskeim Staphylococcus aureus.

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps
Wirkung: Gegen jede Art von Erreger. Wichtiges Mittel gegen Borreliose. Artemisia öffnet die Zelle, die den Borrelien als Versteck. Bei Antibiotikabehandlung dazu geben. Wenn keine Antibiotikabehandlung durchgeführt wird, etwa in der chronischen Phase, mit kolloidalem Silber und einem Vitalpilz kombinieren.

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Mit Weihrauch lassen sich sämtliche Entzündungen, die durch Bakterien ausgelöst werden, begleiten. Lyme Arthritis (Borreliose) wird durch Hemmung der entzündungsauslösenden Leukotriene positiv beeinflusst

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Erzeugt Acidophilin, ein körpereigenes Antibiotikum, begleitend bei allen Infekten, durch Studien belegte Unterdrückung des Helicobacter-Wachstums und etwa 40 andere Schadbakterien

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Tulsi hilft bei Erkältungen, Grippe. Es reinigt die Atemwege bei verstopften Nasennebenhöhlen, vor allem aber ist seine antibakterielle Wirkung nachgewiesen, etwa beim MRSA-Krankenhauseskeim Staphylococcus aureus

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Moringa hilft bei Infektionen durch Viren, Pilze und Bakterien. Moringa hat entzündungshemmende Wirkung

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1 Kps
Wirkung: Wirkt antibakteriell, etwa bei Parodontitis

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr
Wirkung: Antibakteriell, entzündungshemmend, schmerzstillend, fiebersenkend, gegen Husten

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser
Wirkung: Silizium wirkt entzündungshemmend und aktiviert das Immunsystem gegen Bakterien, Viren und Pilze

Sternanis Kps

Tagesdosierung: bis zu 3x4 Kps
Wirkung: Antibakteriell, etwa bei Bronchitis und Lungenentzündung

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 1 gestrichener TL in Wasser
Wirkung: Wirkt als unverdaulicher, nicht blähender Ballaststoff, der Gifte eines gestörten Darmmilieus (Gifte von Bakterien und Pilzen, Fäulnis- und Gärungsgifte) bindet, immunaktivierend, bei Borreliose

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm gegen Allergene, Bakterien, Viren, Pilze, bei Gastritis, Blasenentzündung und anderen Infekten

Bandscheibenprobleme

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Bei allen Schmerzen, Entzündungen, Verletzungen des Bewegungsapparates

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps, bei Schmerzen bis zu 6 Kps
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, bei Schmerzen, Entzündungen, Verletzungen im Bewegungsapparat

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser
 Wirkung: Silizium wirkt entzündungshemmend, strukturverbessernd, bei allen Schmerzen, Entzündungen, Verletzungen des Bewegungsapparates

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps
 Wirkung: Alle notwendigen Aminosäuren zum Muskelaufbau, starke Muskulatur entlastet Bandscheiben

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Unterstützt Muskelaufbau, entzündungshemmend, senkt Cortisol, Strukturverbessernd (Gelenke, Sehnen, Bänder, Knochen)

Bänderverletzung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3-5 Kps
 Wirkung: Regeneriert bei Sehnen-, Bänder-, Knorpel-, Gelenks- und Knochenverletzungen

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps, bei Schmerzen bis zu 6 Kps
 Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, Erhaltung der Funktionsfähigkeit und Regeneration der Gelenke und Gelenksflüssigkeit, entzündungshemmend, schmerzstillend, abschwellend

Bauchspeicheldrüsenentzündung

siehe (chronische) Entzündungen

Bauchspeicheldrüsensekretion

siehe Verdauungsprobleme

Bewegungsstörungen

siehe auch Parkinson

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
 Wirkung: Phospholipide günstig bei Chorea Huntington, Vitamin D-Mangel erhöht Sturzgefahr im Alter

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
 Wirkung: Vitamin D ist wichtig für die Motorik im Alter, Vitamin D-Mangel erhöht die Sturzgefahr

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2 Kps
 Wirkung: Vitamin-B-Mangel wirkt bei vielen Bewegungsstörungen mit

Bindegewebsschwäche

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser
 Wirkung: Silizium ist ein wichtiger Grundstoff für den Körperaufbau u. a. von Bindegewebe, Sehnen und Gelenken, Silizium wirkt dem unsichtbaren (Senkungsproblematik) und sichtbaren Bindegewebsrückgang (Erschlaffen der Haut, Faltenbildung) entgegen, verbessert das Erscheinungsbild bei Cellulite

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps täglich
 Wirkung: Entsäuernd, entwässernd, mineralstoffreich

Coriolus oder Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
 Wirkung: Alle Vitalpilze wirken positiv auf die Milzenergie, speziell der Coriolus und der Reishi. Bei schwacher Milz leidet laut TCM das Bindegewebe. Nahrungsmittelnunverträglichkeiten rufen immer Milzschwäche hervor

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 EL auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen
 Wirkung: Gegen Cellulite, für Fettabbau

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 4 Tassen oder 3x2 Kps oder auch mehr
 Wirkung: Aronia strafft Kollagen und Elastin-Fasern, mindert die Einlagerung von Schlackenstoffen (Cellulite), fördert die Durchblutung. Antioxidantien gegen Schädigung des Bindegewebes durch freie Radikale.

Mate Tee

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
 Wirkung: Aktivierend und anregend, mineralstoffreich, stärkt das Bindegewebe

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Unterstützt den Wiederaufbau von Sehnen, Bändern, Muskeln, Gelenken und auch Bindegewebe

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, wichtig zur Bildung von Collagen und Elastin

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
 Wirkung: Vitamin C für den Bindegewebsaufbau

Bindehautentzündung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Weihrauch ist ein natürliches Antihistaminikum. Hilft vor allem bei Heuschnupfen, allergisch bedingter Entzündung der Bindehaut und allergischen Ausschlägen

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps, Soforthilfe 2-6 Kps
 Wirkung: Unterbricht Histaminausschüttung bei allergisch bedingter Entzündung, antibakteriell, entzündungshemmend

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 4 Tassen oder 3x2 Kps oder auch mehr
 Wirkung: Aronia wirkt entzündungshemmend, hilft bei Bindehautentzündung aber auch etwa bei Uveitis, einer viralen oder bakteriellen Entzündung der mittleren Augenhaut

Blähungen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Heilt Magen und Darm, verblüffend regenerative

Wirkung auf das gesamte Verdauungssystem einschließlich Darmschleimhaut und Darmflora

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Reduziert gasbildende Schadbakterien, unterstützt bei der Enzymbildung (wichtig bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten) und verbessert die Verdauung

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi hilft bei Verdauungsstörungen, Blähungen, Verstopfung und Krämpfen

Sternanis Kps

Tagesdosierung: nach Bedarf, 3 Kps oder mehr

Wirkung: Positiv bei Blähungen und Koliken, entkrampft

Papayablatttee

Tagesdosierung: als Tee: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder selbst Extrakt machen

Wirkung: Im Magen und im Darm bricht das Enzym Papain die Fasern von Fleisch auf und beschleunigt die Verdauung, sodass keine Blähungen durch Fäulnisprozesse entstehen

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr in Wasser

Wirkung: Nicht blähender Ballaststoff, unterstützt die Darmreinigung, unterstützt die Darmbakterien

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer wirkt auf die Verdauung aufgrund seiner Gingerole auf die gesamte Verdauung positiv. Er hilft bei Krämpfen und Blähungen

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn unterstützt Leber und Galle bei Blähungen, Krämpfen und Völlegefühl

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel fördert Magensäure und Bauchspeicheldrüsen-Enzyme, lindert dadurch Verdauungsstörungen, Koliken und Aufgebläetheit, manchmal anfangs auch gegen- teilige Wirkung

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 x 1 Messerspitze in Wasser

Wirkung: Wirkt als unverdaulicher, nicht blähender Ballaststoff, der Gifte eines gestörten Darmmilieus (Gifte von Bakterien und Pilzen, Fäulnis- und Gärungsgifte) bindet

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps vor dem Essen

Wirkung: Fördert den Gallenfluss - Blähungen resultieren mitunter aus einer Verdauungsschwäche, die auf zu schwachen Gallenfluss zurückzuführen ist

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Die entblähende Wirkung von Curcumin hilft bei Verdauungsproblemen wie auch Völlegefühl

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3 bis 6 Kps

Wirkung: Fördert den Gallenfluss durch Bitterstoffe, bei Pilzbelastungen, Fehlbesiedelungen und Entzündungen des Darmes

Blasenentzündung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: Anfangs alle 2 Stunden 2 Kps, bis 10 Kps

Wirkung: Natürliches Antibiotikum, sehr effektiv bei Blasenentzündung

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel verhindert das Verstecken von Bakterien in der Blaseschleimhaut, wo sie für Antibiotika nicht erreicht werden, sie werden mit dem Urin ausgespült

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps oder mehr

Wirkung: Antibakteriell, bei Streptokokken, Cordyceps wirkt als Antibiotikum, verbessert Harnwerte, gegen häufigen Harndrang, entzündungshemmend, energetische Stärkung des Nieren- und Blasenmeridians

Reishi oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Antibakteriell und entzündungshemmend bei Harnwegserkrankungen

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1-3 Kps

Wirkung: Befeuchtet durch Entzündung ausgetrocknete Schleimhäute, nicht geeignet bei Einnahme von Blutverdünnern

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 6 Tassen oder 3x3 Kps

Wirkung: Antibakteriell (wie einige andere Beerensorten)

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, wirkt entzündungshemmend, schmerzstillend und versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm, der sie vor Erregern wie Bakterien schützt

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn ist aufgrund seines hohen Kaliumgehalts harntreibend, ohne dass es zu einem Mineralstoffmangel kommt. Löwenzahn kann zur Durchspülung bei Harnwegsinfekten wie Blasenentzündung gut eingesetzt werden.

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Bei krampfartigen Beschwerden, Reizblase

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl bis 2x1 El in Wasser

Wirkung: Entzündungshemmend, immunaktivierend, sehr bewährt bei Blasenentzündung

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x3 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, entwässernd

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Erzeugt Acidophilin (eigenes Antibiotikum), begleitend bei Infekten, gegen Bakterien, Viren, Pilze

Blasenschwäche

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Stärkt den Blasenmeridian, bei Blasenentzündung, zu viel Harndrang, verbessert alle Urinwerte, gegen Streptokokken, bei Blasenschwäche durch Prostataprobleme

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Verbessert Blasenfunktion und Fassungsvermögen der Blase

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Blasenschwäche hängt auch mit geschwächter Muskulatur zusammen. Die essentiellen Aminosäuren helfen beim Muskelaufbau, speziell in Verbindung mit Beckenbodengymnastik.

Sternanis Kps

Tagesdosierung: nach Bedarf, etwa 2x1 Kps oder mehr

Wirkung: Entkrampft bei Reizblase

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl in Wasser

Wirkung: Bei Bindegewebsschwäche, entzündungshemmend, immunaktivierend

Reishi oder Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei Blasenschwäche durch Prostataprobleme

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Spült Nieren und ableitende Harnwege

Blutfluss siehe Gefäßerkrankungen

Bluthochdruck

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel erweitert Gefäße, senkt Bluthochdruck, fördert Blutzirkulation und stärkt Herzfunktionen

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1-3, bei guter Verträglichkeit auch 4 Kps

Wirkung: Gefäßerweiternd durch Stickoxide, Herzschmerzen werden gelindert, Blutdruck wird gesenkt

Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3 Tassen oder 3x2 Kps

Wirkung: Bekanntes Mittel zum Blutdruck senken, Aronia entspannt die Kapillaren, erleichtert die Weiterstellung der Gefäße, verhindert Blutverdickung, senkt Cholesterin

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Arginin erweitert die Gefäße, dadurch Blutdrucksenkung, enthaltene Aminosäuren senken Cholesterin, Triglyceride, Homocystein

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Verbessert Blutfluss, senkt Cholesterin, Triglyceride, Stress und Bluthochdruck, mildert Blutdruckschwankungen, erhöht Elastizität der Gefäßwände. Auricularia nicht zusammen mit Blutverdünnern.

Krillöl premium + Astaxanthin Kps + Vitamin D Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Bei leichtem Bluthochdruck, wirkt Thrombozytenaggregation entgegen, reduziert Cholesterin, leicht blutverdünnend, Vitamin D-Mangel verursacht Bluthochdruck im Alter

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Bluthochdruck kann die Folge von Vitamin D-Mangel sein, sehr häufig im Alter!

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Indem OPC des Traubenkerns die Faserproteine, aus denen die Blutgefäße bestehen, vor Zerstörung durch freie Radikale schützt, bleiben Gefäße elastischer statt zu verhärten und - als Reaktion des Körpers darauf - den Blutdruck in die Höhe zu treiben, leicht blutverdünnend

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Gleicht den Blutdruck aus, insbesondere bei Stress, Stress stellt die Gefäße eng, senkt Cholesterin

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: L-Arginin erweitert Gefäße, senkt Bluthochdruck

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Hemmt den strukturellen Umbau von Blutgefäßen, was Bluthochdruck entgegenwirkt, vor allem bei klimakterisch bedingtem Bluthochdruck bei Frauen

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi schützt die Gefäße vor freien Radikalen und senkt Bluthochdruck. Durch Regulierung des Cortisol-Niveaus senkt Tulsi auch stressbedingten Bluthochdruck

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa Blätter können helfen, den Blutdruck zu regulieren, es hat eine entstressende Wirkung

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Vitamin C ist von vielfältiger Bedeutung für die Gefäße, wie auch Zink, antioxidativ

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Reduziert Bluthochdruck durch Entwässerung

Blutkörperchen zu wenig weiße
(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Regeneriert das weiße Blutbild, etwa während/nach Chemo- und Strahlentherapie

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Aktiviert das Immunsystem und stärkt die Bildung weißer Blutkörperchen, etwa während/nach Chemo- und Strahlentherapie

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Fördert weiße Blutkörperchen, etwa während/nach Chemo- und Strahlentherapie, auch bei Anämie

Blutmangel zu wenig rote Blutkörperchen
(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa ist perfekt einsetzbar bei Anämie. Es ist zugleich reich an Eisen und an Mangan. Mangan wird im Körper in Eisen umgewandelt

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Hervorragende Aufnahme, ideal bei Eisenmangel, nebenwirkungsfrei

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bei Beta-Thalassämie

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x3 Kps

Wirkung: Im Ayurveda zur Blutbildung eingesetzt

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex ist extrem wichtig zur Blutbildung, etwa bei Vegetariern

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps

Wirkung: Gehalt an Chlorophyll und Enzymen wirkt positiv auf die Erneuerung der Blutzellen. Das Zusammenspiel aller Gerstengras-Inhaltsstoffe hat regulierende Effekte auf den Körper und hilft so bei Blutarmut und geringer Vitalität

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Fördert Hämoglobin im Blut (roter Blutfarbstoff)

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Blut bildend und Blut reinigend

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Blutbildend

Blutreinigung

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn regt allgemein den Stoffwechsel an, reinigt das Blut und verbessert durch Unterstützung der Ausscheidungsorgane die Entgiftung

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Blut bildend und Blut reinigend

Blutzucker erhöht siehe Diabetes

Borreliose siehe bakterielle Infekte

Bronchitis

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 5x2 Kps alle 3 Stunden, Kinder 5x1 Kps alle 3 Stunden

Wirkung: Schleimlösend, antibakteriell, antiviral, Kindern auf Honig geben, bei Husten nachts mit etwas Olivenöl auf die Fußsohlen streichen, Socken darüber, auch bei Lungenentzündung

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei allen Lungenerkrankungen, entzündungshemmend, schleimlösend, antiviral, antibakteriell, auch bei Schimmelpilz-Belastung, verbessert Sauerstoffversorgung, sogar bei Lungenentzündung, Coriolus ist besonders schleimausleitend

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Verhindert das Zusammenschnüren der Bronchien und erweitert sie, antibakteriell, entzündungshemmend, erleichtert das Abhusten

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL in Wasser

Wirkung: Silizium aktiviert das Immunsystem, ist für die Elastizität des Lungengewebes von großem Wert und wirkt zusätzlich entzündungshemmend

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Entzündungshemmend, verbessert die Lungenfunktion

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm, der sie vor Angriffen von Erregern schützt, beeinflusst positiv bei Lungenbeschwerden

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1-3, bei guter Verträglichkeit auch 2x2 Kps
 Wirkung: Schleimhautbefeuchtende und lindernde Wirkung auf irritierte oder entzündete Schleimhäute.
 Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden.

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
 Wirkung: Die Inhaltsstoffe Cineole, Camphen und Eugenol lösen Schleim, befreien die Atemwege, fördern das Abhusten von Schleim, reinigen die Atemwege bei verstopften Nasennebenhöhlen

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Die entzündungshemmenden und antibiotischen Eigenschaften helfen gut bei Bronchitis

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Ingwer wirkt wärmend, schweißtreibend und kreislaufanregend. Bei Husten sind seine schleim- und krampflösenden, entzündungshemmenden und antibakteriellen Wirkungen günstig

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps
 Wirkung: Hilft gegen Erreger und wirkt entzündungshemmend

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
 Wirkung: Wichtigstes Kraut in der TCM bei Bronchitis

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x3 Kps
 Wirkung: Entzündungshemmend, auch bei Antibiotikaresistenz

Mate Tee

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
 Wirkung: Sein Theophyllin entspannt die Bronchien

Burnout

siehe Erschöpfung

Cellulitis

siehe Bindegewebsschwäche

Cholesterin

erhöhtes LDL-Cholesterin (in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
 Wirkung: Gefäßerweiternd, senkt Triglycerid- und LDL-Cholesterin-Wert
 Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
 Wirkung: Verbessert Blutfluss, senkt Cholesterin, Triglyceride, Stress und Bluthochdruck, normalisiert eine gestörte Leberfunktion

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps
 Wirkung: Carnitin vermindert LDL-Cholesterin und hebt HDL-Cholesterin (Apolipoprotein A1), reduziert oxidiertes LDL-Cholesterin, senkt Homocystein, auch bei familiär gehäuften Bluthochdruck, auch Arginin senkt Cholesterin

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
 Wirkung: Cholesterinsenkend aufgrund der Saponine, weitere Effekte: gefäßerweiternd, Blutdruck senkend, Herz stärkend, auch bei familiär gehäuften Bluthochdruck. Chrom hilft, den Wert an LDL-Cholesterin zu senken, und den Blutspiegel des „guten“ HDL-Cholesterins zu erhöhen.

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
 Wirkung: Senkt Cholesterin, verbessert den Blutfluss, gleicht Nerven aus

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
 Wirkung: Krillöl enthält Omega-3-Fettsäuren, die als natürliche Cholesterinsenker fungieren, 34 % Reduktion des LDL-Cholesterin und 44 % Verbesserung des HDL-Cholesterins, außerdem extrem starkes Antioxidans (300 mal stärker als Vitamin A oder E), verhindert Oxidieren des Cholesterins und damit ein Anlegen an den Gefäßwänden, Begleiteffekte: Blut verdünnend (reduziert Thrombozytenaggregation), dadurch Blutdruck regulierend, Blutfluss fördernd, verbessert Herzrhythmus und Herzratenvariabilität.

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
 Wirkung: Maca und L-Arginin senken Cholesterin

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1 Kps
 Wirkung: Antioxidativ, verhindert Oxidation des LDL-Cholesterins und damit ein Anlegen an den Gefäßwänden

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
 Wirkung: Verhindert Oxidation des Cholesterins, senkt Cholesterin

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps
 Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig zur Senkung des Homocysteinspiegels (Risiko für Gefäße, soll nicht über dem Wert 8 liegen) Um durch Homocystein entstandene Schäden zu reparieren, schüttet der Körper vermehrt Cholesterin aus, daher immer den Wert mitbestimmen lassen.

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3 El in Wasser
 Wirkung: Cholesterinsenkend aufgrund der Saponine, reduziert Cholesterin über den Darm

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1 Kps
 Wirkung: Optimiert die Darmflora, bearbeitet das Cholesterin, sodass es ausgeschieden werden kann, wirkt gegen Schadbakterien, die aus Cholesterin karzinogene sekundäre Gallensäuren produzieren

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El in Wasser oder Saft
Wirkung: Cholesterinsenkend aufgrund der Saponine, reduziert Cholesterin über den Darm

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Cholesterinsenkend aufgrund der Saponine, weitere Effekte: reinigt den Darm, fördert durch Bitterstoffe den Gallenfluss

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3 bis 6 Kps
Wirkung: Fördert den Gallenfluss durch Bitterstoffe, reinigt die Leber, bei Pilzbelastungen, Fehlbesiedelungen und Entzündungen des Darmes, senkt Cholesterin und Triglyceride, pflegt Gefäße durch Bioflavonoide

Chronische Entzündungen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Weihrauch hilft bei allen akuten und chronischen Entzündungen, auch begleitend bei Bauchspeicheldrüsen-Entzündung, da bei der Aufrechterhaltung der Bauchspeicheldrüsenentzündung Leukotriene eine entscheidende Rolle spielen und diese durch Weihrauch gehemmt werden

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Blockiert TNF-alpha, einen körpereigenen Entzündungsstoff, und beeinflusst die ganze Kette von entzündungsfördernden Molekülen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 bis 6 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Bei allen Entzündungen begleitend aufgrund vielfältiger Wirkungen, senkt insgesamt die Entzündungsbereitschaft des Gewebes, senkt CRP-Wert im Blut und Schmerzen, bei Lupus erythematoses, MS, Nephropathien, Hepatitis, Colitis, auch Vitamin D wirkt entzündungshemmend

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps, bei Schmerzen bis zu 6 Kps
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entzündungshemmend und schmerzstillend, insbesondere für den Bewegungsapparat

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Stärkt das Immunsystem, bei allen Entzündungen, besonders Bronchitis, Gastritis, Bauchspeicheldrüsenentzündung, Fibromyalgie, Arthritis, Hepatitis A, B, C, Gefäßentzündungen, Magen- und Darmentzündungen, Sodbrennen

Hericiem Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Harmonisiert das Immunsystem, antiviral, antibakteriell, entzündungshemmend, speziell im Nerven- und Magen-Darbereich bei Gastritis, Colitis Ulcerosa, Morbus Crohn, Neurodermitis, MS, Polyneuropathien

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Harmonisiert das Immunsystem, antiviral, antibakteriell, entzündungshemmend, bei Rheuma, MS, Hashimoto Thyreoiditis, Borreliose, Diabetes, Bronchitis, Lungenentzündung, Fibromyalgie, Hepatitis, Colitis, leitet Schleim aus nach der TCM

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Harmonisiert das Immunsystem bei Entzündungen wie Rheuma, Gicht, Fibromyalgie, Hepatitis, Hashimoto Thyreoiditis, Borreliose, Diabetes, Bronchitis und Lungenentzündung

Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps
Wirkung: Harmonisiert das Immunsystem, antiviral, antibakteriell, entzündungshemmend, speziell bei Rheuma, Hashimoto Thyreoiditis, Borreliose, Diabetes, Bronchitis und Lungenentzündung

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Entzündungshemmende Wirkung bei Augen, Haut und Schleimhäuten
Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3 bis 6 Kps
Wirkung: Antibakteriell, entzündungshemmend, fördert den Gallenfluss durch Bitterstoffe, reinigt die Leber, bei Pilzbelastungen und Fehlbesiedelungen des Darms

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser
Wirkung: Entzündungshemmend, Silizium aktiviert das Immunsystem nachhaltig

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr
Wirkung: Wirkt entzündungshemmend, präbiotisch, probiotisch, bei Schadbakterien, dadurch auch gut bei Entzündungen des Magen-Darm-Trakts

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Bei Gastritis, Hepatitis, Bronchitis - leitet Hitze aus nach der TCM

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Bei Entzündungen wie Sinusitis, Prostatitis, Bronchitis, auch bei Antibiotikaresistenz

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Traditionell bei allen Entzündungen etwa bei Brustdrüsenentzündung

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-6 Tassen oder 3x2 Kps
Wirkung: Antioxidantien hemmen Entzündungen, antiviral, antibakteriell, speziell bei Entzündungen der Blase, Augen, Magen, Gelenke, Diabetes, Muskeln, Cellulite

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Antioxidans, alle chronischen Entzündungen führen zur vermehrten Bildung von Freien Radikalen

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr

Wirkung: Vitamin C und Zink sind von entscheidender Bedeutung für ein funktionierendes Immunsystem

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa hemmt aufgrund seines Chlorophyll-Gehalts Entzündungen bei akuten Infekten. Gerstengras fördert außerdem die Funktion der Bauchspeicheldrüse. Die sekundären Pflanzenstoffe weisen entzündungshemmende und antibakterielle Eigenschaften auf

Colitis (in Frage kommende Mittel, gerade hier sehr zu empfehlen: energetisches Austesten)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps oder mehr

Wirkung: Alle Vitalpilze balancieren das Immunsystem bei Autoimmunerkrankungen, wirken Viren und Bakterien entgegen, wirken entzündungshemmend, Hericium speziell im Nerven- und Magen-Darmbereich, wirkt beruhigend, gut bei Reizdarm-Syndrom, kräftigt und schützt die Schleimhäute

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Weihrauch hilft bei Colitis ulcerosa und bei Morbus Crohn durch seine entzündungshemmenden Eigenschaften vergleichbar gut wie das Standardtherapeutikum Sulfasalazin

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 bis 6 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Krillöl enthält entzündungshemmende Omega-3-Fettsäuren, vor allem aber das stark entzündungshemmende Astaxanthin und Phospholipide, die bei Colitis oft fehlen und die Darmschleimhaut schützen, hilft bei der Östriolbildung (Östriol ist für den Schleimhautaufbau zuständig)

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder auch mehr

Wirkung: Bei Colitis ist Vitamin D-Mangel häufig

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3 El in Wasser

Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, nährt Darmbakterien, die Butyrat erzeugen, das einen Schutzfilm auf den Schleimhäuten bildet und die Darmwände vor entzündlichen Prozessen schützt, reguliert und verbessert die Darmtätigkeit, wirkt präbiotisch, bei Reizdarm, Verstopfung und Durchfall, enthält keine Fruktose

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Stärkt bzw. balanciert das Immunsystem, entzündungshemmend bei allen Entzündungen, auch Magen- und Darmentzündungen, Sodbrennen

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Optimierte Darmflora, reduziert Infektionen durch Bakterien, Viren, Pilze, Verdauungshilfe

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Silizium aktiviert das Immunsystem, hat sich bei Colitis häufig sehr gut bewährt

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Hilft aufgrund seiner entzündungshemmenden Eigenschaften

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Entzündungshemmend durch Enzyme

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, wirkt entzündungshemmend, schmerzstillend, guter Schleimhautschutz (versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm)

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr

Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, der den Butyrat-Stoffwechsel fördert (sorgt für Schutzfilm auf den Schleimhäuten) mit Studien belegte Wirkung: reguliert und verbessert die Darmtätigkeit, wirkt präbiotisch, bei Reizdarm, Verstopfung und Durchfall, enthält Fruktose

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: L-Glutamin unterstützt die Schleimhautheilung (wichtig auch bei allergischem Hintergrund)

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-4 Tassen Tee oder 3x2 Kps

Wirkung: Wirkt Entzündungen und Oxidationsprozessen im Darm entgegen

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps

Wirkung: Wirkt antibiotisch und entzündungshemmend, sehr wirksam gegen alle Erreger

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps/ bis zu 30g pro Tag sinnvoll

Wirkung: Verbessert das Darmmilieu, hilft bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen wie Colitis ulcerosa, führt zu weniger Schmerzen und Durchfällen, gleicht Vitalstoff- und Nährstoffmangel aus. Nicht bei Glutenunverträglichkeit, enthält Spuren von Gluten

COPD

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Reishi oder Coriolus oder Cordyceps oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: Hoch dosieren! 5x2 Kps, eventuell 2 Vitalpilze kombinieren

Wirkung: Vitalpilze erleichtern das Ausatmen, bei allen Lungenerkrankungen, entzündungshemmend, schleimlösend, antiviral, antibakteriell, auch bei Schimmelpilz-Belastung, verbessern Sauerstoffversorgung

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Erweitert Bronchien

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Hilft aufgrund seiner entzündungshemmenden Eigenschaften

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl in Wasser

Wirkung: Für die Elastizität des Lungengewebes von großem Wert, zusätzlich entzündungshemmend

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, hält Lungenbläschen elastisch, erleichtert Ausatmen

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Brokkoli-Sulfaphane schützen das Lungengewebe vor Oxidation und damit vor Zellverfall. Besonders wichtig bei Rauchern, deren Transkriptionsfaktor NRF2 (zum Schutz des Lungengewebes) geringer ist.

Darmdysbiosen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Für die gesunde Darmflora, unterstützt gegen Schadbakterien, Viren, Pilze und fördert die Verdauung

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Regeneriert den Magen-Darmbereich, saniert die Darmflora, kräftigt und schützt die Schleimhäute im Darmbereich, gegen Viren, Bakterien, Pilze

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Bei Schadbakterien, Viren und Pilzen

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Das Enzym Papain bricht die Fasern von Fleisch auf und beschleunigt die Verdauung, damit keine Blähungen durch Fäulnisprozesse entstehen. Papayablatttee baut außerdem Entzündungs- und Stoffwechselprodukte schneller ab, reinigt den Darm, entsäuert, fördert Darmflora und Immunsystem und saniert insgesamt das Milieu im Verdauungstrakt

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 x 1 Messerspitze in viel Wasser

Wirkung: Wirkt als unverdaulicher, nicht blähender Ballaststoff, der die Darmtätigkeit fördert, Gifte eines gestörten Darmmilieus (Gifte von Bakterien und Pilzen, Fäulnis- und Gärungsgifte) bindet und entsäuert

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr

Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, präbiotisch, probiotisch, reinigt, bei Schadbakterien, Durchfall

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps

Wirkung: Harmonisiert die Verdauungstätigkeit, verbessert das Darmmilieu. Nicht bei Glutenunverträglichkeit.

Darmentzündung

 siehe Colitis

Demenz

 siehe Alzheimer

Depression

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Natürlicher MAO-Hemmer, verhindert den schnellen Abbau der Botenstoffe, baut Serotonin auf, hemmt Enzyme, die für Depressionen verantwortlich sind, stimuliert Hormonfreisetzung aus Nebennierenrinde

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Antidepressiv durch Anregung der Botenstoffe, bei bipolaren Störungen, Ängsten, Trauer, Überarbeitung, Stress

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Rhodiola wirkt antidepressiv, Cordyceps wirkt physisch leistungssteigernd und verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, Jiaogulan wirkt verjüngend, gleicht Nerven und Blutdruck aus

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Schon geringe Mängel an B-Vitaminen können vor allem bei Älteren zur Depression führen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Verbessert den Gehirnstoffwechsel und alle dort ablaufenden Prozesse inklusive Energiebereitstellung und des für Stimmung und Antrieb so wichtigen Dopamin- und Serotoninspiegels. Antidepressiva erübrigen sich oft bzw. wirken sie unvergleichlich besser, wenn sie in Begleitung von Krillöl eingenommen werden, Vitamin D spielt vor allem bei Depressionen im lichtarmen Winter eine Rolle

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 5 Kps

Wirkung: Vitamin D-Mangel spielt eine Rolle bei der Entstehung von Depressionen

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Weihrauch entstresst und entspannt. Depressionen und Angststörungen werden gemildert, da Weihrauch beruhigend und wohltuend auf psychische Leiden wirkt

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa wird im Ayurveda bei Depressionen verabreicht aufgrund seiner entstressenden Wirkung

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi wirkt auf die Psyche. Hilft bei depressiven Verstimmungen und Ängsten. Tulsi führt in die Entspannung. Es reguliert den Cortisol-Spiegel und stabilisiert den Hormonhaushalt

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps oder auch mehr
Wirkung: Nerven stärkend, anregend und ausgleichend

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps oder auch mehr
Wirkung: Fördert Nervenwachstumsfaktor, stärkt Nerven, für Entwicklung und Erhaltung von Nervenzellen, begünstigt Regeneration des Nervengewebes im Gehirn, wirkt beruhigend und stimmungsaufhellend

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Fördert Regeneration beschädigter Nerven, antidepressive Wirkung. Chrom reguliert den Blutzuckerspiegel, verbessert den Stoffwechsel der Aminosäuren und verhindert Angststörungen, Müdigkeit und Depressionen

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps
Wirkung: Essentielle Aminosäuren, Tryptophan beeinflusst Serotoninbildung (Wohlbefinden)

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps
Wirkung: Tyrosin beeinflusst die Dopaminbildung (Antrieb), Carnitin ist wichtig zur Energiegewinnung

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps
Wirkung: Bei hormonell bedingter Niedergeschlagenheit und Erschöpfung

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Bei Melancholie

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Bei Schwäche und Niedergeschlagenheit, mehr Lebenslust

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
Wirkung: Zink und Vitamin B6 fehlen bei Depressionen durch die Stoffwechselstörung HPU. Zink ist ein direkter Antagonist der NMDA-Rezeptoren, was teilweise seine antidepressive Aktivität erklärt. Zink verstärkt auch die Bildung von BDNF, was die Stimmung aufhellt.

Diabetes

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Bittermelone + Banabablatt + Chrom Kps

Tagesdosierung: 1x1 bis 2x1 Kps
Wirkung: Reguliert den Blutzucker, äußerst wirksame Kombination, traditionell bewährt in Indien, Japan und auf den Philippinen, keine Gefahr der Unterzuckerung

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Antioxidans (300-mal stärker als Vitamin A oder E), verhindert Diabetes-Folgeschäden an den Gefäßen. Bei metabolischem Syndrom vermindert ein ausreichender Vitamin D – Spiegel das Risiko an Diabetes Typ 1 zu erkranken, Vitamin D trägt zu einer besseren Einstellung des Blutzuckers bei Typ 2 Diabetes bei

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 5x3 Kps, Kinder 5x1-2 Kps
Wirkung: Bei manchen Diabetikern äußerst positive Wirkung auf den Blutzuckerspiegel

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
Wirkung: Bei Insulinresistenz, leichtere Blutzuckereinstellung bei Typ 2-Diabetes

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr
Wirkung: Vitamin-B-Bedarf ist bei Diabetes erhöht, B-Vitamine regeln Um- und Abbau von Kohlenhydraten

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Antioxidative und blutzuckersenkende Wirkung, bei metabolischem Syndrom

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Stabilisiert Blutzucker und Insulin, schützt Gefäße durch antioxidative Wirkung

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1-3, bei guter Verträglichkeit auch 2x2 Kps
Wirkung: Beeinflusst den Kohlenhydratstoffwechsel positiv, was zu einer besseren Verwertung von Glucose und zu einer Senkung des Blutzuckerspiegels führt
Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Senkt die Insulinresistenz bei Diabetikern, steigert die Insulinsensitivität, kann Diabetes im Anfangsstadium verhindern und Spätschäden von Diabetes wie Nerven- und Gefäßschäden

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Aufgrund seiner Bitterstoffe ist Löwenzahn günstig bei Schwankungen des Blutzuckerspiegels

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps
Wirkung: Gerstengras wirkt sich signifikant auf die Senkung des Blutzuckerspiegels und des Cholesterinwertes aus

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Moringa wirkt unterstützend bei Diabetes und Bluthochdruck aufgrund entstressender Wirkung

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: Tagesdosierung 1-3 Tassen
Wirkung: Laborversuche mit Tulsi zeigen, dass der Blutzucker gesenkt wird. Leber, Augen und Nieren werden durch Tulsi vor metabolischen Schäden durch hohe Blutzuckerspiegel geschützt

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3 El in Getränke
Wirkung: Geringerer Blutzuckeranstieg nach Essen durch langsamere Aufnahme von Kohlenhydraten im Darm

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr
Wirkung: Ballaststoffe verlangsamen Aufnahme von Kohlenhydraten, geringerer Anstieg des Blutzuckers

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Senkt Blutzucker

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps
Wirkung: Carnitin vermindert LDL-Cholesterin und Apolipoprotein A1, reduziert oxidiertes LDL-Cholesterin, Arginin stimuliert Insulinausschüttung, verbessert den Blutfluss und hilft Blutzucker zu regulieren, die gesamte Mischung unterstützt die Gewichtsabnahme

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Cordyceps und Jiaogulan senken Blutzucker

Acerola+Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps
Wirkung: Vitamin C ist von vielfältiger Bedeutung für die Gefäße, unter anderem, wie auch Zink antioxidativ im wasserlöslichen Bereich, Zink senkt den Blutzucker

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: L-Arginin ist günstig für Insulinausschüttung, verbessert den Blutfluss und hilft Blutzucker zu regulieren

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 4 Tassen oder 3x2 Kps
Wirkung: Antioxidantien schützen vor Diabetes-Folgeschäden

Divertikulitis, Divertikulose

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Heilt Magen-Darmbereich, hervorragende Wirkung bei Divertikulitis, kräftigt und schützt Schleimhäute

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr in Wasser oder Saft
Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, schnelle Hilfe bei Divertikulitis, reguliert und verbessert die Darmtätigkeit, wirkt präbiotisch, entzündungshemmend, bei Reizdarm, Verstopfung und Durchfall, nicht bei Fruktoseunverträglichkeit

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: bis zu 3 El in Getränke
Wirkung: Hervorragender Ballaststoff (90 % löslich), schnelle Hilfe bei Divertikulitis, reguliert und verbessert die Darmtätigkeit, wirkt präbiotisch, bei Reizdarm, Verstopfung und Durchfall

Durchblutungsstörungen

siehe Gefäßerkrankungen

Dünndarmgeschwüre

(siehe auch Colitis, chron. Entzündungen)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Heilt Magen-Darmbereich auch bei Geschwüren, kräftigt und schützt Schleimhäute

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
Wirkung: Entzündungshemmend, sehr hilfreich bei Gastritis, Magen- und Dünndarmgeschwüren

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen
Wirkung: Gegen Gastritis und Geschwüre, entzündungshemmend

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Entzündungshemmend, gegen Helicobacter pylori

Durchfall

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Heilt Magen-Darmbereich, entzündungshemmend, antiviral, antibakteriell, baut Darmflora wieder auf, gut bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten, bei Reizdarm

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Lactobac Darmbakterien für die gesunde Darmflora, unterstützt gegen viele Durchfall verursachende Schadbakterien, Viren, Pilze

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: bis zu 3 El in Wasser
Wirkung: Verbessert die Darmtätigkeit, wirkt präbiotisch, bei Reizdarm, Verstopfung und Durchfall

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-4 Tassen Tee oder 3x2 Kps
Wirkung: Antiviral, antibakteriell, bewährt bei Durchfall

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr
Wirkung: Bei Reizdarm, Verstopfung und Durchfall, nicht bei Fruktoseunverträglichkeit

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 Messerspitzen in Wasser
Wirkung: Wirkt als unverdaulicher, nicht blähender Ballaststoff, der die Darmtätigkeit fördert, Gifte eines gestörten Darmmilieus (Gifte von Bakterien und Pilzen, Fäulnis- und Gärungsgifte) bindet und außerdem entsäuert

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Entzündungshemmend, bei Reizdarm und Reizdarm

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps
Wirkung: Gerstengras verbessert das Darmmilieu, harmonisiert die Verdauungstätigkeit und reduziert den Wassergehalt des Stuhls, wodurch sich Durchfälle reduzieren

Eisenmangel

siehe Blutmangel

Ekzeme

siehe Hautprobleme, Neurodermitis

Endometriose

siehe Hormonschwankungen

Energiemangel siehe Erschöpfung

Entgiftung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps und mehr

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, für Cystein und Glutathion-Synthese, antioxidativ, immunstärkend, passiert die Gehirnschranke, entgiftet Umweltspeichergifte, auch Schwermetalle, doch hohe Tagesdosierung nötig, bis 15 g (= 15 Kps) über 3 Monate

Curcumin

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Hilft bei Arsenvergiftung, repariert die DNS und kann den Arsen-Effekt verhindern

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn reinigt das Blut und die Lymphe und ermöglicht durch seine Unterstützung der Ausscheidungsorgane eine verbesserte Entgiftung

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Wirksames Lebermittel, sogar bei Hepatitis, verbessert Leberwerte, insbesondere GPT- und GOT-Werte, auch bei Fettleber, leitet Schwermetalle aus, fördert die Glutathion-Synthese

Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze entgiften, fördern die Glutathion-Synthese, leiten langsam Schwermetalle aus

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Unterstützt alle Entgiftungsorgane, fördert die Glutathion-Synthese, entgiftet chemische Stoffe, auch radioaktive Stoffe etwa nach Kontrastmitteluntersuchung, regt Nierentätigkeit an

Spirulina Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Löst Gifte wie Quecksilber und radioaktive Substanzen aus dem Körper und wird effektiv zur Schwermetallausleitung eingesetzt.

Achtung: Bei Vergiftungserscheinungen wie Erbrechen und Durchfall Algen-Einnahme sofort stoppen, Bindemittel (Akazienfaser) und Zink (am besten als Kolloid) nehmen

Chlorella Plg

Tagesdosierung: 2x3 Presslinge

Wirkung: Bindet und leitet giftige Metalle aus. Sie enthält Proteine und Peptide, die zur Bindung und zum Abtransport unerwünschter Substanzen aus dem Körper eingesetzt werden.

Achtung: Bei akuten Vergiftungserscheinungen wie Erbrechen und Durchfall sofort Bindemittel wie Akazienfaser und Zink (am besten als Kolloid) nehmen. Damit kann man die Chlorella Plg Einnahme immer begleiten.

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entgiftet, entwässert, entsäuert, entschlackt, reinigt Nieren und Haut, unterstützt Leber und Galle

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel löst Neurotoxine aus den (Nerven)Rezeptoren

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Silizium unterstützt bei der Entgiftung, sogar Schwermetalle wie Aluminium, Dioxin und andere chemische Substanzen, Silizium ist basisch

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 Messerspitzen in Wasser

Wirkung: Wirkt als unverdaulicher, nicht blähender Ballaststoff, der Gifte eines gestörten Darmmilieus (Gifte von Bakterien und Pilzen, Fäulnis- und Gärungsgifte) und durch MSM gelöste Gifte bindet und abführt, Vulkanmineral unterstützt auch die Leberentgiftung, zusätzlich Entsäuerungsbäder mit Vulkanmineral

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Curcuma regt den Gallenfluss an und fördert so die Leberentgiftung, arbeitet Hand in Hand mit Vulkanmineral, das die Gifte aufnimmt und abführt, bevor sie von der Leber rückresorbiert werden

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bitterstoffe, fördert Gallenfluss und Leberentgiftung

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Vitamin C spielt für die Entgiftung der Leber sowie der Ausscheidung von Medikamenten und Chemikalien eine Rolle, Zink ist wichtig für die Ausleitung speziell von Schwermetallen

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3 bis 6 Kps

Wirkung: Fördert Gallenfluss durch Bitterstoffe, reinigt die Leber, bei Pilzbelastungen, Fehlbesiedelungen und Entzündungen des Darmes, senkt Cholesterin und Triglyceride, pflegt Gefäße aufgrund seiner Bioflavonoide

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer verhindert die krankheitsbedingte Abnahme von Glutathion, ein Stoff der für die Entgiftung und den antioxidativen Schutz der Zelle essenziell ist

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Weihrauch hemmt die entzündungsauslösenden Leukotriene. Er unterstützt bei Leberzirrhose, da Leukotriene dabei eine zentrale Rolle spielen.

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Leitet Hitze aus, entgiftet und entschlackt, stärkt Leber, Lunge, Nerven und Nieren

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Brokkoli aktiviert körpereigene Entgiftungsenzyme in der Leber

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Bei Vitamin B 6-Mangel funktioniert die Entgiftung nicht

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-4 Tassen Tee oder 3x2 Kps
Wirkung: Wirkt sanft entgiftend durch enthaltene Pektine, bindet auch Schwermetalle und radioaktive Stoffe

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 EL und mehr
Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, reguliert und verbessert die Darmtätigkeit, löslichen Ballaststoffe binden Schlacken und Gifte und bringen sie zur Ausscheidung, dadurch wird die Leber entlastet

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: bis zu 3 EL
Wirkung: Ballaststoffe binden sekundäre Gallensäuren und bringen sie zur Ausscheidung, dadurch wird die Leber entlastet

Gerstengras

Tagesdosierung: 15 Kps
Wirkung: Chlorophyll und seine Enzyme wirken sich positiv auf die Erneuerung der Blutzellen auf. Gerstengras hilft krebserregende Stoffe wie Schwermetalle, radioaktive Stoffe, Arsen, Pilze oder andere chemische Rückstände zu entgiften. Gerstengras fördert außerdem die Funktion der Leber

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Tulsi stärkt die Nieren, senkt den Harnsäurespiegel und entgiftet

Entsäuerung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 3x1 gehäufte TL in Wasser
Wirkung: Entsäuerung durch mikronisierte Kalzium- und Magnesiumcitrate, beinhalten weder Magensäure noch Verdauung (Mineralstofflösung)

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Entsäuerung durch basische, ionisierte Mineralstoffe, nicht bei Magensäuremangel

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Löwenzahn ist ein wirksames Heilmittel bei Übersäuerung. Er regt allgemein den Stoffwechsel an

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps
Wirkung: Das basische Gerstengras hat positive Wirkung auf den Säure-Basen-Haushalt.

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Alle Vitalpilze entgiften und entsäuern, dadurch auch Schmerzrückgang

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
Wirkung: Entgiftet, entwässert, entsäuert, entschlackt, reinigt Nieren und Haut, unterstützt Leber und Galle

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 Messerspitzen in Wasser
Wirkung: Bindet Gifte eines gestörten Darmmilieus, entsäuert mit dem Vorteil einer regulierenden statt neutralisierenden Wirkung auf die Magensäure, auch für Entsäuerungs-bäder geeignet

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr
Wirkung: Krillöl wirkt ursächlich gegen Übersäuerung, indem es als Gegenspieler zur Arachidonsäure fungiert

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Baut bei Stress DHEA und Geschlechtshormone wieder auf, reduziert Säureausschüttung

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 EL und mehr
Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, reguliert und verbessert die Darmtätigkeit, wirkt präbiotisch, bei Reizdarm, Verstopfung und Durchfall – aber auch zu Versorgung mit basischen Mineralstoffen wie natürlichem Kalium, Kalzium und Magnesium, deshalb ist Baobab ein natürliches Basenpulver, enthält Fruktose

Entzug (Alkohol, Zigaretten, Drogen)

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps
Wirkung: Besetzt einige Drogen-Rezeptoren

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Wirkt sich positiv auf die Folgen von Alkoholismus auf Gehirn und Leber aus

Entzündungen

siehe chronische Entzündungen, akute Infekte

Epilepsie

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Hoher natürlicher Bor- Gehalt sorgt für einen optimalen Energiefluss im Körper. Bei Staus, Krämpfen und Epilepsie kann Bor fehlen

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr
Wirkung: Hat nervenschützende Eigenschaften. Es gibt Hinweise auf Vitamin D-Mangel und der Häufigkeit epileptischer Anfälle

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
Wirkung: Krampfneigung bei Vitamin-D-Mangel

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Nervenwachstumsfaktor wird angeregt

Erkältung siehe grippaler Infekt

Erschöpfung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Fördert Sauerstoffaufnahme, erhöht ATP-Produktion, bei chronischer Müdigkeit, hilft der Nebenniere zu regenerieren

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Powerpflanze, bei Burnout, baut Nebenniere, Cortisol, DHEA und Geschlechtshormone wieder auf, reduziert stressbedingte Säurebildung, kräftigt und macht leistungsfähig

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Powerpflanze aus den Anden, baut DHEA und Geschlechtshormone wieder auf, kräftigt

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei Überarbeitung, Rhodiola wirkt antidepressiv und durch Anregung der Botenstoffe mental leistungssteigernd, Cordyceps wirkt physisch leistungssteigernd, verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, gemeinsam mit Yams baut es die Nebenniere wieder auf

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder auch mehr

Wirkung: Verbessern den Gehirnstoffwechsel und alle dort ablaufenden Prozesse inklusive Energiebereitstellung für sämtliche Leistungen des Gehirns und inklusive des für Stimmung und Antrieb so wichtigen Dopamin- und Serotoninspiegels, beeinflusst Körperrhythmen positiv, Vitamin-D-Mangel kann Ursache sein

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Häufig ist Vitamin D-Mangel Ursache für Müdigkeit

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Sternanis entspannt und hat sehr positive Wirkung auf die Nebennieren

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Carnitin sorgt für Energiebereitstellung, Tyrosin erhöht die Leistungsfähigkeit

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2 Kps

Wirkung: Bei Stress ist der Vitamin-B Bedarf erhöht, Vitamin B regeneriert verbrauchtes Glutathion

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2-3 x 1 TL in Wasser

Wirkung: Bei Stress ist Mg-Bedarf erhöht, kann Ursache von Erschöpfung sein. Magnesium regt die Gewinnung von Energie auf zellulärer Ebene an, hat einen großen Einfluss auf den Energiestoffwechsel. Chrom reguliert den Blutzuckerspiegel und verbessert den Stoffwechsel der Aminosäuren

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Ionisiertes Magnesium regt die Gewinnung von Energie auf zellulärer Ebene an, hat einen großen Einfluss auf den Energiestoffwechsel. Nicht bei Magensäuremangel.

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn hilft bei chronischer Müdigkeit. Seine entgiftende Wirkung entlastet und stärkt den Organismus. Löwenzahn verbessert den Immunstatus und die Stimmung. Er sorgt für höhere Ausdauer bei weniger Laktatbildung in den Muskeln und den verspäteten Eintritt von Erschöpfung bei großer Anstrengung

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps

Wirkung: Aufgrund vom hohen Nährstoffreichtum wirkt Gerstengras regulierend auf den Körper und hilft bei Antriebsschwäche

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi zählt zu den Adaptogenen, also zu den Pflanzen, die die Stressanpassung erleichtern. Durch die Fähigkeit den Cortisol-Level zu regulieren beugt man mit Tulsi vielen Krankheiten auch vor wie Burnout

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Powerpflanzen spenden Qi, erleichtern die Anpassung an Stress, Rhodiola wirkt antidepressiv und durch Anregung der Botenstoffe mental leistungssteigernd, Cordyceps wirkt physisch leistungssteigernd und verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, Jiaogulan wirkt verjüngend und ausgleichend auf Nerven

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 Kps

Wirkung: Gleich die Nerven aus, Qi-Tonikum, Stärkungsmittel, stärkt Milz und Lunge

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL in Wasser

Wirkung: Silizium befindet sich in den Mitochondrien der Zellen, für mehr Energie

Reishi, Agaricus, Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 oder 3x2 Kps

Wirkung: Powerpilz, fördert die Glutathion-Synthese, Müdigkeit ist oft Folge von Antioxidantien-Mangel

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bei Erschöpfung nervösen Ursprungs, bei Blutmangel, Neigung zum Frieren, Müdigkeit, Melancholie

Fettleber

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn unterstützt die Leber. Er hilft auch bei größeren Leberbeschwerden wie Leberzirrhose und Hepatitis. Selbst Alkoholschäden können gemildert werden. Löwenzahn hemmt die Aufnahme von Fett

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: In Studien bestätigter Rückgang von Fettleber und Herzverfettung aufgrund des Cholin-Gehaltes

Reishi, Cordyceps, Coriolus, Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Wirksames Lebermittel, verbessert GPT- und GOT-Werte, hervorragende Wirkung bei Fettleber, bei Alkoholmissbrauch

Fettverdauungsstörung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps vor dem Essen

Wirkung: Bitterstoffe fördern den Gallenfluss, wichtig zur Fettverdauung

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps vor dem Essen

Wirkung: Fördert den Gallenfluss und damit die Fettverdauung, bei Aufstoßen und Blähungen

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Verbessert die Fettverdauung durch Enzyme wie Papain, die außerdem Fremdeiweiß verdauen helfen

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Reguliert die Fettverdauung, normalisiert eine gestörte Leberfunktion, senkt Cholesterin

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entsäuert, verbessert den Fettstoffwechsel durch Bitterstoffe und vermehrten Gallenfluss

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi senkt erhöhte Triglyceride

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Produziert Verdauungsenzyme (Lipasen) zur Fettverdauung

Fibromyalgie

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Durch die Hemmung der entzündungsauslösenden Leukotriene lassen sich mit Weihrauch sämtliche Entzündungen des Bewegungsapparates begleiten. Weihrauch wirkt abschwellend, kann den Schmerz reduzieren

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn stärkt den Bewegungsapparat. Aufgrund seiner stoffwechselanregenden Wirkung lindert Löwenzahn Schmerzen in Muskeln und Sehnen

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze balancieren ein überreiztes Immunsystem bei Fibromyalgie, entzündungshemmend und antioxidativ

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps, bei Schmerzen bis zu 6 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, durch Studien belegte entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung, ersetzt oft sogar Cortison und Schmerzmittel, kein Sofortmittel, für die schmerzstillende Wirkung ist ein gewisser Spiegel im Blut erforderlich

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Krillöl enthält entzündungshemmende Omega-3-Fettsäuren, vor allem aber das stark entzündungshemmende Astaxanthin, senkt die Entzündungsbereitschaft des Gewebes

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Silizium wirkt entzündungshemmend

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entgiftet, entwässert, entschlackt, entsäuert

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Entsäuert und dämpft damit die Entzündungsbereitschaft des Gewebes. Kalzium kann Schmerzen der Fibromyalgie lindern. Nicht geeignet bei zu wenig Magensäure

Fieber

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps

Wirkung: Wirkt antibiotisch und fiebersenkend, bei Malaria und anderen Erregern von Fiebererkrankungen

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi wirkt fiebersenkend. Tulsi hilft auch vorbeugend gegen Malaria und Dengue-Fieber

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze wirken antiviral und antibakteriell, helfen auch bei Dengue und Malaria

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2x1 El in Fruchtsaft oder Smoothie, bei Fieber auch problemlos öfter

Wirkung: Antiviral, antibakteriell, Fieber senkend, schleimlösend, nicht geeignet bei Fruktoseunverträglichkeit, auch bei Malaria

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 5x3 Kps, Kinder 5x1-2 Kps

Wirkung: Vermehrung von Viren wird verhindert, schleimlösend

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Entzündungshemmend, aktiviert das Immunsystem

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Fieberkraut, traditionell in Verwendung bei Malaria, wenn Chinarinde nicht erhältlich war

Freie Radikale siehe vorzeitige Alterung

Furunkel

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entgiftet, entsäuert, entzündungshemmend

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Entgiftet, entsäuert, entzündungshemmend

Gallenschwäche

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn regt aufgrund seiner Bitterstoffe Magensaft und Gallensäuren an. Der Wirkstoff Cholin wirkt galle- und darmfördernd

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Vitalpilze sind günstig bei allen Leber- und Gallenbeschwerden, wirken stärkend auf die Meridiane

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bitterstoffe fördern den Gallenfluss, auch bei Gallenkolik

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, fördert den Gallenfluss und damit die Fettverdauung

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3 bis 6 Kps

Wirkung: Fördert den Gallenfluss durch Bitterstoffe

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder auch mehr

Wirkung: Bei Gallenschwäche kommt es häufig zu Vitamin D-Mangel

Gallensteine

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn wirkt aufgrund des Wirkstoffes Cholin gallefördernd und kann bei Gallensteinen erfolgreich angewendet werden (Nicht bei einer Gallenkolik!)

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei akuten Gallenbeschwerden, regeneriert und stärkt Leber und Galle inklusive zugehörigem Meridian

Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3-5 Kps

Wirkung: Bei akuten Gallenbeschwerden, 15 min nach Reishi-Einnahme, wenn zu wenig Wirkung

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Carnitin stabilisiert den Kreislauf und entspannt die Muskulatur bei Erbrechen

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener EL in Wasser oder Saft

Wirkung: Ballaststoffe reduzieren das Risiko für cholesterinhaltige Gallensteine

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Cholin des Krillöls kann Ablagerung von cholesterinhaltigen Gallensteinen verhindern

Gastritis

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei Übersäuerung, regeneriert Magen und Darm, gegen Helicobacter pylori, kräftigt und schützt Schleimhäute, lindert Unruhe, Ängste und Spannungszustände, oft in Kombination mit Hericium angewandt

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps vor dem Essen

Wirkung: Bei Gastritis mit nervlicher Komponente

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Bei Gastritis infolge von zu viel Magensäure

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 EL auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Entzündungshemmend, gegen Helicobacter pylori

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, sehr hilfreich bei Gastritis und Magengeschwüren

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Hemmt Helicobacter pylori, entzündungshemmend, lindert Sodbrennen oft innerhalb von Minuten, hilft bei Magengeschwüren und allen Beschwerden des „nervösen Magens“

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Ausgleichende Wirkung auf die Psyche, positiver Einfluss auf das Hormonsystem, reduziert Ausschüttung von Adrenalin

Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Balanciert Immunsystem bei Gastritis Typ A

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Hilft aufgrund seiner entzündungshemmenden Eigenschaften bei Gastritis

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi stärkt den Magen und wirkt entzündungshemmend

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung mit vielen positiven Wirkungen, durch Studien belegte entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung, bildet einen Schutzfilm auf der Magenschleimhaut

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Durch Studien belegte Unterdrückung des Helicobacter-Wachstums

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Mit Studien belegte Wirkung bei Gastritis, auch für Nervenungleich

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl Premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Krillöl enthält entzündungshemmende Omega-3-Fettsäuren, vor allem aber das stark entzündungshemmende Astaxanthin, senkt generell die Entzündungsbereitschaft des Gewebes

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-4 Tassen Tee oder 3x2 Kps

Wirkung: Reduziert Verletzungen der Magenschleimhaut, beugt Magengeschwüren vor

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Löst Ablagerungen in der Magenschleimhaut

Gefäßerkrankungen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl Premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Senkt CRP Wert, natürlicher Cholesterinsenker, starkes Antioxidans), verhindert oxidieren des Cholesterins, schützt sogar Kopfgefäße, da gehirngängig, Blut verdünnend (reduziert Thrombozytenaggregation), dadurch Blutdruck regulierend, Blutfluss fördernd, verbessert Herzrhythmus und Herzratenvariabilität, dadurch positive Wirkung auf das Vegetativum, stressreduzierende Wirkung, befreit sogar von Gefäßablagerungen.

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Gefäßerweiternd, verbessert Durchblutung, schützt vor Thrombosen und Schmerzen in den Beinen. Bei Tinnitus. Jedoch auch blutstillende Wirkung gleichzeitig, daher weniger Blutungsgefahr, wenn man damit Blut verdünnt. Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden.

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel erweitert die Gefäße, verbessert den Body Mass Index, Blutdruck senkend, Herz stärkend, Cholesterin senkend, Blutfluss verbessernd. Chrom erhöht das „gute“ HDL-Cholesterin und regeneriert bei Arteriosklerose

Reishi, Cordyceps, Coriolus, Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Triterpene der Vitalpilze senken Cholesterin und Triglyceride, hemmen die Blutgerinnung, regulieren den Blutdruck, erhöhen Blutdurchfluss, verringern Sauerstoffverbrauch im Herzmuskel, bei verengten Herzkranzgefäßen, Herzrhythmusstörungen, Angina pectoris, Thrombosegefahr

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Regeneriert Nerven, bei Schlaganfall, reguliert Blutdruck

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2-4 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig zur Senkung des Homocysteinspiegels (über dem Wert 8 bereits Risiko für Gefäße), immer bestimmen lassen, wenn Cholesterin erhöht ist!

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Gegen alle Risikofaktoren der Gefäße, wirkt auf Blutverdickung, Cholesterin, Blutzucker, Bluthochdruck, Stress, Übergewicht, Durchblutung

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Antioxidativ, verhindert Oxidation des LDL-Cholesterins, fördert Durchblutung, befreit von Gefäßablagerungen

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Carnitin vermindert LDL- und hebt HDL-Cholesterin (Apolipoprotein A1), reduziert oxidiertes LDL-Cholesterin, Arginin verbessert Blutfluss, hilft Blutzucker zu regulieren, erweitert Gefäße, senkt Bluthochdruck und Homocystein

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 Kps

Wirkung: Senkt Cholesterin und verhindert dessen Oxidation, schützt und stärkt die Kapillaren, hält sie elastisch, wirkt Bluthochdruck entgegen, Herz stärkend, verbessert Energieversorgung des Herzmuskels, gut bei undichten Herzklappen

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Gute Mineralstoffversorgung, wichtig für Herzrhythmus und Herzmuskel, bei Angina pectoris Schmerzen, entsäuernd. Magnesium fördert die Heilung von Geweben und von verletzten oder brüchigen Blutgefäßwänden. Außerdem lagert das Vitamin K2 Kalzium in den Knochen ab, was Arteriosklerose vorbeugen kann. Nicht bei zu wenig Magensäure.

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Senkt Risiko von Arteriosklerose aufgrund von antioxidanter Wirkung, hemmt den strukturellen Umbau von Blutgefäßen und fördert die Durchblutung

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Durch den Einfluss der Scharfstoffe vom Ingwer werden die Durchblutung der Gefäße und der Blutfluss verbessert

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Weihrauch hilft bei Myokardiale Ischämie (Durchblutungsstörungen im Herzbereich). Brüchigkeit bzw. Durchlässigkeit der Kapillargefäße kann mit Weihrauch entgegengewirkt werden

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps

Wirkung: Erhöht den Sauerstoff in den Kapillargefäßen

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps täglich

Wirkung: Erleichtert die Anpassung an Stress, Rhodiola wirkt antidepressiv und durch Anregung der Botenstoffe mental leistungssteigernd, Cordyceps wirkt physisch leistungssteigernd und verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung

Bittermelone + Banabablatt + Chrom Kps

Tagesdosierung: 1x1 bis 2x1 Kps

Wirkung: Reguliert erhöhten Blutzucker, äußerst wirksame Kombination, traditionell bewährt in Indien, Japan und auf den Philippinen, keine Gefahr der Unterzuckerung, verbessert Blutzuckertransport und Insulintoleranz, Chrompicolinat zeigt eine 16fach bessere Bioverfügbarkeit als andere Chromverbindungen

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Befreit Gefäße von Eiweißüberlastung

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Hoch dosierte Bioflavonoide - antioxidativ im wasserlöslichen Bereich, wirken gegen brüchige und undichte Gefäße, helfen beim Gewichtsabbau

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-4 Tassen Tee oder 3x2 Kps

Wirkung: antioxidativ und entzündungshemmend durch Gehalt an Polyphenolen, diese erleichtern auch die Weitstellung von Gefäßen, entspannende Wirkung auf die Herzkranzgefäße

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 Tl in Wasser

Wirkung: Gute Mineralstoffversorgung durch mikronisierte Kalzium- und Magnesiumcitrate, wichtig für Herzrhythmus und Herzmuskel, bei Angina pectoris Schmerzen, entsäuernd. Magnesium fördert die Heilung von Geweben und von verletzten oder brüchigen Blutgefäßwänden. Stört die Magensäure nicht.

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Vitamin C ist von vielfältiger Bedeutung für die Gefäße, wie auch Zink, antioxidativ, auch bei Thrombosen

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl bis zu 3 El

Wirkung: Silizium ist nicht nur ein wichtiges Spurenelement für Haut, Haare und Nägel, sondern auch für die Gefäße, es hält sie elastisch

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, Cholesterin- und Blutzucker senkend, für Zellatmung und Blutfließfähigkeit

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener El in Wasser oder Saft

Wirkung: Ballaststoffe reduzieren Cholesterin

Gelenkentzündung siehe Arthritis

Gelenksverletzung siehe Bänderverletzung

Gicht

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Mit Weihrauch lassen sich sämtliche Entzündungen des Bewegungsapparates begleiten. Gicht wird durch die Hemmung der entzündungsauslösenden Leukotriene positiv beeinflusst. Zudem wirkt Weihrauch abschwellend und schmerzreduzierend. Die Gliedersteifigkeit lässt nach

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn stärkt den Bewegungsapparat und wird aufgrund seiner stoffwechsellanregenden Wirkung bei Gicht angewendet. So hilft Löwenzahn bei Schmerzen in Muskeln und Sehnen

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 2 Tassen oder auch mehr

Wirkung: Stärkt die Nieren und löst Nierensteine, senkt den Harnsäurespiegel und entgiftet.

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, entsäuernd

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Senkt Harnsäurewerte, verbessert Nierenfunktion, wirkt bei chronischen Entzündungen ausgleichend aufs Immunsystem

Reish, Agaricus, Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze balancieren das Immunsystem bei Gicht, Reishi unterstützt bei akuten Gichtschüben hilft aber auch vorbeugend bei bekannter Veranlagung

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Auricularia wird bei Gicht besonders empfohlen, da er den Harnsäurespiegel im Blut senken kann.

Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden.

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, leitet Säuren und Giftstoffe aus

Mate Tee

Tagesdosierung: 2 Tassen oder auch mehr

Wirkung: Traditionell bei Gicht, entwässert

Grauer Star

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Lutein + Zeaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Starke Antioxidantien, dringen bis ins Auge vor gegen Makuladegeneration und grauen Star

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Kann Bildung von Grauem Star verhindern

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps.

Wirkung: Ingwer soll die Entwicklung vom grauen Star bei Diabetes verhindern bzw. verlangsamen

Bittermelone + Banabablatt + Chrom Kps

Tagesdosierung: 1x1 bis 2x1 Kps

Wirkung: Grauer Star ist auf Vernetzung von Proteinfasern auf der Sehlinsse zurückzuführen, Hintergrund sind freie Radikale und erhöhter Blutzucker. Bittermelone reguliert den Blutzucker, äußerst wirksame Kombination, traditionell bewährt in Indien, Japan und auf den Philippinen, verbessert Blutzuckertransport und Insulintoleranz

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Extrem starke antioxidative Wirkung des Astaxanthins etwa 200 mal so effektiv wie Vitamin A oder Vitamin E gegen freie Radikale, fördert die natürliche Pigmentierung der Sehlinsse, hilfreich bei grauem Star

Reishi Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bewährt bei grauem Star

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Gut für Durchblutung, antioxidativ, Blutzucker stabilisierend, bei Belastungen durch grelles Sonnenlicht, Computerarbeit und Radikalbildung durch Erkrankungen wie Diabetes und andere chronische Leiden, verbessert die Nachtsicht und die Anpassung des Auges

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Antioxidativ, durchblutungsfördernd, günstig bei grauem Star

Grippaler Infekt siehe auch Bronchitis und Fieber

Sternanis Kps

Tagesdosierung: vorbeugend 2x1 Kps, begleitend bis zu 5x3 Kps

Wirkung: Die Vermehrung von Viren wird verhindert, schleimlösend, schon bei den ersten Anzeichen anwenden, anfangs hoch dosieren

Reishi, Coriolus, Cordyceps oder Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Balancieren Immunsystem, schnelle Wirkung, Cordyceps und Agaricus helfen bei wiederkehrenden Infekten

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi hilft effektiv bei fast allen Arten Krankheiten, einhergehend mit Atembeschwerden. Die Inhaltsstoffe von Tulsi wie Cineole, Camphen und Eugenol lösen Schleim, befreien die Atemwege. Tulsi fördert Abhusten von Schleim. Es reinigt verstopfte Nasennebenhöhlen und ist fiebersenkend.

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer wirkt wärmend, schweißtreibend und kreislaufanregend. Bei hohem Fieber ist Ingwer nicht geeignet. Bei Husten sind seine schleim- und krampflösenden, entzündungshemmenden und antibakteriellen Wirkungen günstig

Baobaböl

Tagesdosierung: Als Nasenöl einige Tropfen in jedes Nasenloch,

Wirkung: Baobaböl hilft bei Schnupfen und trockener Schleimhaut

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr

Wirkung: Antiviral, antibakteriell, entzündungshemmend, schmerzstillend, Fieber senkend, Soforthilfe bei Fieberkrampf bis Arzt eintrifft, löst Husten, versorgt mit natürlichem Vitamin C und anderen Nährstoffen, testet energetisch häufig auch erst im Verlauf einer Grippe

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Silizium wirkt entzündungshemmend und aktiviert das Immunsystem

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Zinkmangel sorgt für wiederkehrende Infekte, Vitamin C und Zink unterstützen das Immunsystem

Grüner Star

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Klassisch im Ayurveda bei Glaukom

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Krillöl senkt erhöhten Augeninnendruck

Auricularia Vitalpilz

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Auricularia stellt Gefäße weiter und senkt dadurch den Augeninnendruck. (Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden.

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Arginin verbessert den Blutfluss und wirkt gegen erhöhten Augeninnendruck

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsis hoher Gehalt an Carotinoiden (Vorstufe von Vitamin A) hat eine positive Wirkung auf die Sehfähigkeit. Es ist ein Ayurveda-Mittel gegen grünen Star

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Antioxidativ, senkt Augeninnendruck

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Arginin verbessert den Blutfluss und wirkt gegen erhöhten Augeninnendruck

Haarausfall

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Silizium ist ein wichtiges Spurenelement für Haut, Haare und Nägel

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps, je nach Mangel

Wirkung: Haarausfall bei über 40-Jährigen Frauen ist häufig auf Eisenmangel zurückzuführen

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2-3 Kps

Wirkung: Vitamin-B ist wichtig für alles rund ums Haar, Vitamin B7 Mangel (Biotin) verursacht Haarausfall

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 Kps

Wirkung: Haarfollikel vermehren sich schneller, das Haar wird dichter, wächst besser, selbst an kahlen Stellen

Rotklee + Yams + Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei Haarausfall aufgrund von Östrogenmangel, auch stressbedingt, Rotklee und Yams beeinflussen den Östrogen- und Progesteronspiegel positiv, Yams wirkt Stress entgegen

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, ist ein wichtiger Baustoff unter anderem für Haut, Haare und Nägel

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Omega-3-Fettsäuren des Krillöls wirken Säurebildung entgegen, verbessern auch die Haarstruktur

Cordyceps Vitalpils Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Stärkt die Nierenenergie, die bei Haarausfall – etwa nach einer Geburt - geschwächt sein kann

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei stressbedingtem Haarausfall

Reishi Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Günstig bei Haarausfall und diversen Hautproblemen

Haare fettige, schuppige, zu früh ergraute

Baobaböl

Tagesdosierung: Nach Belieben dünn auftragen

Wirkung: Als Haaröl hilft es bei Schuppen und trockener Kopfhaut. Das Haar wird leicht aufgehellt, wird wieder geschmeidig und glänzend, erhält mehr Feuchtigkeit und hat mehr Elastizität, schützt Haarstruktur und Kopfhaut

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: Spülung nach Belieben

Wirkung: Tulsi lässt das Haar Feuchtigkeit besser halten und sorgt für glänzendes und geschmeidiges Haar

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig gegen Ergrauen der Haare, fettige, schuppige Haare und Haarausfall

Hämorrhoiden

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: Chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, erhöht Sauerstoff in den Kapillaren

Auricularia Vitalpils Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Verbessert den Blutfluss und stillt gleichzeitig Blutungen

Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden.

Reishi Vitalpils Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, günstig bei Hämorrhoiden

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener EL in Wasser oder Saft

Wirkung: Ballaststoffe erleichtern die Ausscheidung – günstig bei Hämorrhoiden und Analfissur

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2x1 EL in Wasser, Fruchtsaft oder Smoothie

Wirkung: Ballaststoffe erleichtern die Ausscheidung, nicht geeignet bei Fruktoseunverträglichkeit, entzündungshemmend, günstig bei Hämorrhoiden und Analfissur

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, erleichtert die Ausscheidung

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Verminderte Vitamin C – Zufuhr erhöht das Risiko für Hämorrhoiden

Hautprobleme siehe auch Neurodermitis, Akne

Baobaböl

Tagesdosierung: Nach Belieben dünn auftragen
 Wirkung: Schützende und restrukturierende Eigenschaften, für alle Hauttypen, bei Entzündungen und Störungen der Hautbarriere, für trockene, rissige, spröde, schlaffe, auch für reife Haut, reguliert Wasserverlust, ohne die Hautporen zu verschließen. Verjüngender Effekt durch Erneuerung der Zellmembrane. Bei Hautentzündungen, Ekzemen, Neurodermitis, Psoriasis, Pilzinfektionen (Fußpilz, Nagelpilz, Hautpilz), extrem gut bei Brandwunden und Sonnenbrand. Reduziert Narben, beugt Dehnungstreifen vor. Beugt Hautschäden durch Strahlentherapie vor und heilt sie.

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
 Wirkung: Günstig bei diversen Hautproblemen wie Akne, Neurodermitis, Hautflecken, Altersflecken, lindert Entzündungen der Haut, als begleitende Therapie bei Hautkrebs, fördert Regeneration von gesunden Zellen

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2-3 Kps
 Wirkung: Zur Regeneration der Haut, bei schuppiger Haut um die Nase, am Haaransatz und an den Augenbrauen, Rissen an den Mundwinkeln, Linien von den Lippen wegführend, Dermatitis, Ekzeme, Neurodermitis

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl bis zu 2x1 El in Wasser
 Wirkung: Silizium ist ein wichtiges Spurenelement für Haut, Haare, Nägel und Bindegewebe

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps
 Wirkung: Gerstengras wirkt sich aufgrund von seinem immens hohen Nährstoffwachstum besonders günstig auf Hautleiden aus

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
 Wirkung: Zeatin, ein seltenes Antioxidans, beschleunigt die Hautregeneration

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
 Wirkung: Tulsi hilft großartig bei Akne und anderen Hautirritationen. Es wirkt wohltuend auf die Haut und heilt Hautinfektionen sowohl von innen als auch von außen

Papayablatttee

Tagesdosierung: 1 Liter
 Wirkung: Viele, auch seltene Hautkrankheiten können sich durch den Einfluss der Enzyme rückbilden. Gut etwa bei Rosacea, Ekzemen, Akne usw.

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
 Wirkung: Hält die Haut jung, schützt vor Oxidation, gegen Falten, Pigmentflecke, trockene Haut, fördert Hautregeneration, bei Neurodermitis

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2x1 Messerspitze in Wasser
 Wirkung: Bindet Giftstoffe, entlastet Darm, entsäuert, als Bad hilft es der Haut mehr Feuchtigkeit zu halten und macht sie weich und geschmeidig, bei trockener Haut und Juckreiz, Neurodermitis, Psoriasis

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Bei unreiner Haut, Furunkeln, kleinen Geschwüren mit Eiterbildung, Leber reinigend

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1 Kps
 Wirkung: Trockene, rauhe Haut, brüchige Nägel, häufig bei Kindern und Frauen im gebärfähigen Alter

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener El in Wasser oder Saft
 Wirkung: Entlastet die Nieren, außerdem nähren Ballaststoffe die Darmbakterien, die Butyrat erzeugen, das wiederum die Darmwände schützt. Ein gestörter Butyrat-Stoffwechsel kann sich sogar auf die Haut auswirken (Ekzeme, Hautflechten, Psoriasis), wichtig bei versteckten Nahrungsmittelallergien

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr
 Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, reguliert und verbessert die Darmtätigkeit, nährt außerdem die Darmbakterien, die Butyrat erzeugen. Ein gestörter Butyrat-Stoffwechsel kann sich sogar auf die Haut auswirken (Ekzeme, Hautflechten, Psoriasis), wichtig bei versteckten Nahrungsmittelallergien

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
 Wirkung: Bei Hauterkrankungen kommt es häufig zu Vitamin D-Mangel, typisch: Flecken, Rillen auf den Nägeln

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2-3 Kps oder mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
 Wirkung: Nährt die Haut, hält sie feucht, glättet, bei Neurodermitis, bei trockener Haut und Narben

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-4 Tassen Tee oder 3x2 Kps
 Wirkung: Glättet das Hautbild, fördert Durchblutung und Hauterneuerung, antioxidative Wirkung schützt vor Falten und schlaffer Haut

Helicobacter pylori

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
 Wirkung: Durch Studien belegte Unterdrückung des Helicobacter-Wachstums

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Ingwer hemmt aufgrund seines Ginerols Helicobacter pylori-Bakterien und E.coli-Bakterien. Ingwer ist nicht günstig bei Gastritis.

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
 Wirkung: Alle Vitalpilze zeigen antibakterielle Wirkung gegen Helicobacter pylori

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Sulforaphane des Brokkoli sind wirksam gegen Helicobacter pylori und Magenkrebs

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm, entzündungshemmend, antibakterielle Wirkung

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser
Wirkung: Silizium aktiviert das Immunsystem und wirkt entzündungshemmend

Hepatitis

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Hervorragende Leber-Wirkung, entzündungshemmend und antifibrotisch, wirksames Lebermittel, bei akuter und chronischer Hepatitis A, B, C, verbessert Leberwerte, insbesondere GPT- und GOT-Werte, auch bei Fettleber und Leberzirrhose, antivirale Wirkung

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Wirkt aufgrund seiner antiinflammatorischen Eigenschaften gut bei Entzündungen und stimuliert zusätzlich die Leber

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Cholin im Krillöl schwächt Symptome viraler Leberentzündungen ab und beugt Rückfällen vor, ausreichend Vitamin D ist wichtig für ein funktionierendes Immunsystem, bei Hepatitis häufig Vitamin-D-Mangel

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Hitze ausleitend, entzündungshemmend, bei Leberschäden und Hepatitis

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
Wirkung: Unterstützt Leber und Galle

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
Wirkung: Bei Leberproblematik tritt oft Vitamin D-Mangel auf

Herpes genitalis siehe virale Infekte

Herpes labialis siehe virale Infekte

Herpes zoster

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps
Wirkung: Gegen alle Erreger, antibiotisch, entzündungshemmend

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 4x2 Kps
Wirkung: Die Vermehrung von Viren wird verhindert

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2 Kps
Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig für die Nerven, auch bei Nervenentzündungen und Lähmungserscheinungen, Taubheit, Kribbeln und Krämpfen in Armen und Beinen, Ischias, Hexenschuss und Trigeminusneuragie

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Antiviral, regeneriert Nerven, stärkt Immunsystem

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 E in Wasser
Wirkung: Silizium aktiviert das Immunsystem und wirkt entzündungshemmend

Reishi, Coriolus, Agaricus oder Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Antiviral, immunstärkend

Herzerkrankungen siehe Gefäßerkrankungen

Herzinfarkt siehe Gefäßerkrankungen

Herzinsuffizienz

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Verbessert Schlagkraft des Herzens, verbessert Puls, senkt Bluthochdruck, verbessert Blutfluss

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 Kps
Wirkung: Antioxidativ, spendet Tagesbedarf Coenzym Q10, durch synthetische Cholesterinsenker wird die körpereigene Coenzym Q10 Produktion blockiert, Resultat ist eine Schwächung der Herzenergie

Reishi, Cordyceps, Agaricus, Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Verbessert Sauerstoffaufnahme des Blutes, die sich positiv auf die Herzaktivität auswirkt. Er steigert zudem die Sauerstoffversorgung des Herzmuskels und verbessert die Tätigkeit der inneren Herzmuskeln, hilft bei verengten Herzkranzgefäßen und erhöht Blutdurchfluss, verringert Sauerstoffverbrauch der Herzmuskeln, Herzrhythmusstörungen und Herzschwäche.

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Stärkt Herz, Herzrhythmus, Herzratenvariabilität und spielt bei vielen Herz-Risikofaktoren eine positive Rolle, Herzmuskelschwäche. Vitamin D wirkt auf das Herz-, Kreislaufsystem: Vitamin D-Mangel fördert Bluthochdruck und Herzmuskelschwäche.

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Unterstützt das Herz durch L-Arginin, L-Carnitin und Taurin. Taurin moduliert den Kalzium- und Kaliumstrom in den Herzmuskel und kann deshalb Herzrhythmusstörungen entgegenwirken.

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 TL in Wasser

Wirkung: Magnesium ist an der Energiegewinnung beteiligt. Bei Menschen, die an Ischämien leiden, wurden verminderte Magnesium-Konzentrationen im Blut festgestellt. Magnesium weitet die Blutgefäße und kann den Blutdruck senken, vermindert die Blutgerinnung und senkt erhöhte Blutfettwerte. Ein Mg-Mangel kann zu Herzrhythmusstörungen führen. Kein Einfluss auf die Magensäure.

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Magnesium ist an der Energiegewinnung beteiligt. Bei Menschen, die an Ischämien leiden, wurden verminderte Magnesium-Konzentrationen im Blut festgestellt. Magnesium weitet die Blutgefäße und kann den Blutdruck senken, vermindert die Blutgerinnung und senkt erhöhte Blutfettwerte. Ein Mg-Mangel kann zu Herzrhythmusstörungen führen. Nicht bei zu wenig Magensäure.

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi schützt die Herzfunktion. Es schützt die Gefäße vor freien Radikalen und senkt Bluthochdruck.

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Vitamin D-Mangel führt zu Herzmuskelschwäche

Herzrhythmusstörungen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Stärkt Herz, Herzrhythmus, Herzratenvariabilität und spielt bei vielen Herz-Risikofaktoren eine positive Rolle.

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Verbessert den Herzrhythmus, Herzstärkend, bei Herzschwäche, Herzrhythmusstörungen, verengten Herzkranzgefäßen.

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2 gehäufte TL in Wasser decken 40 % des Tagesbedarfs, doppelte Menge empfohlen

Wirkung: Magnesium-Mangel kann zu Herzrhythmusstörungen führen. Gleichzeitig an ausreichend Kalium denken, das auch am Herzrhythmus mitbeteiligt ist – oft deckt schon eine Banane den Tagesbedarf. Magnesium entspannt den Herzmuskel, senkt den Blutdruck, hemmt Blutgerinnung. Kein Einfluss auf die Magensäure.

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Magnesium-Mangel kann zu Herzrhythmusstörungen führen. Gleichzeitig an ausreichend Kalium denken, das auch am Herzrhythmus mitbeteiligt ist – oft deckt schon eine Banane den Tagesbedarf. Magnesium entspannt den Herzmuskel, senkt den Blutdruck, hemmt Blutgerinnung. Nicht bei zu wenig Magensäure.

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Unterstützt das Herz durch L-Arginin, L-Carnitin und Taurin. Taurin moduliert den Kalzium- und Kaliumstrom in den Herzmuskel und kann deshalb Herzrhythmusstörungen entgegenwirken.

Heuschnupfen siehe Allergie

Hexenschuss siehe Nervenleiden

Höhenkrankheit

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Versorgt das Blut mit mehr Sauerstoff

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Bringt mehr Sauerstoff in den Körper, bei Hämoglobinmangel

Homocystein erhöht

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2-3 Kps

Wirkung: Vitamin-B 6, 9 und senken den Homocysteinspiegel (soll nicht über dem Wert 8 liegen)

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Cystein ist mitbeteiligt an der Senkung des Risikofaktors Homocystein

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Schwefel wird für den Cystein-Aufbau benötigt, das Homocystein senkt

Hormonschwankungen, Hormonersatz, Hormonmangel

Rotklee + Yams + Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Phytohormone, bei Hautproblemen aufgrund von Östrogenmangel, auch stressbedingt, Rotklee und Yams beeinflussen den Östrogen- und Progesteronspiegel positiv, Yams wirkt Stress entgegen, bei PMS, Zysten, Myomen, Regelstörungen, fördert Progesteron, bei hormonellen Hautproblemen

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Phytohormone, für Mann und Frau, Yams wirkt Stress entgegen, gleicht Hormone aus, bei Progesteronmangel, PMS, Zysten, Myomen, Regelstörungen, hormonellen Hautproblemen

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 Kps
Wirkung: Phytohormone, für Mann und Frau, gleicht Hormone aus, bei PMS, Zysten, Myomen, Regelstörungen, hormonellen Hautproblemen, fördert Testosteron

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Phytohormon, bei PMS, Regelstörungen durch Östrogenmangel

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Hilft beim Fettabbau, Phytohormon, gleicht Hormone aus, bei PMS, Zysten, Myomen, Regelstörungen

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Hormonausgleichende Wirkung, bei Wechseljahresbeschwerden, PMS, Zysten, Myomen, Regelstörungen, hormonellen Hautproblemen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Wirkt hormonell unterstützend (Vorstufe von Östrogen)

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Antioxidativ, schützt Hormonsystem, phytohormonelle Wirkung, gut bei PMS

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Balanciert Hormonlage

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Zeatin, ein Pflanzenhormon, hilft speziell in der Pubertät und im Wechsel den Hormonhaushalt auszugleichen

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Tulsi hat die erstaunliche Fähigkeit den Cortisol-Level zu regulieren und den Hormonhaushalt zu stabilisieren

Hörsturz

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2-3 Kps
Wirkung: Vitamin-B Komplex unterstützt die Nerven

Hunger

siehe Appetitgleich

Husten

siehe Bronchitis

Hyperaktivität

(siehe auch ADS, ADHS)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: Kinder 1 Kps, später auch jeden 2 Tag (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps)
Wirkung: Fördert den Dopamin- und Serotoninspiegel

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps
Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig für die Nerven, fehlt oft bei Hyperaktivität

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps
Wirkung: Essentielle Aminosäuren helfen schnell, wenn sie die Ursache waren

Immunsystem

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Reishi, Cordyceps, Agaricus, Coriolus, Hericium oder Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps, Auricularia 1-3 Kps
Wirkung: Vitalpilze harmonisieren und stärken das Immunsystem durch Polysaccharide
Achtung: Auricularia wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser
Wirkung: Silizium aktiviert das Immunsystem

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Eine gesunde Darmflora schützt das Immunsystem

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Vitamin C und Zink sind von entscheidender Bedeutung für ein funktionierendes Immunsystem

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
Wirkung: Entscheidender Faktor fürs Immunsystem

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr
Wirkung: Mit steigendem Vitamin D - Spiegel nimmt die Infektanfälligkeit ab, bei häufigen Atemwegsinfektionen, Zahnfleischentzündungen, auch bei Autoimmunerkrankungen

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1 Kps
Wirkung: Es kommt zu Immundefizit bei Eisenmangel

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Hoher Gehalt an natürlichem Bor. Bormangel schwächt das Immunsystem (verringerte Enzymaktivitäten, weniger stabile Antikörper). Chlorophyll stärkt das Immunsystem.

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Tulsi stärkt das Immunsystem. Regelmäßiger Teegeuss zeigt, dass die Anfälligkeit für Immunstörungen sinkt. Tulsi erhöht die Aktivität der antioxidativen Enzyme

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: aktiviert T- und B-Zellen, fördert die Bildung von Antikörpern, erhöht die Aktivität von Immunzellen in Milz und Lymphknoten

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Regt das Immunsystem (Lymphozyten) an

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Cordyceps (tibetischer Vitalpilz) und Jiaogulan fördern das Immunsystem

Impotenz

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Potenzsteigernde und Libido fördernde Wirkung, fördert sexuelle Aktivität generell und speziell bei älteren Menschen, verbessert die Nierenenergie (TCM)

Reishi oder Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei Libidostörungen, fördert Durchblutung im Bereich der Geschlechtsorgane

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Potenz und Libido fördernd, gleicht hormonelle Ungleichgewichte bei Mann und Frau aus, verbessert Samenqualität und Beweglichkeit der Spermien. Dieselbe Wirkung hat L-Arginin, auch für die Erektion

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei stressbedingter Impotenz und Erschöpfung

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Fördert die Durchblutung, auch die des Beckens

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 Kps

Wirkung: Yams wirkt Stress entgegen, gleicht Hormone aus, schenkt Energie

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel hilft bei Störungen im Sexualsystem, gefäßerweiternd

Infekte

siehe virale Infekte, bakterielle Infekte, Pilze

Ischias

siehe Nervenleiden

Karpaltunnelsyndrom

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Entzündungshemmend, senkt generell die Entzündungsbereitschaft des Gewebes

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps, bei Schmerzen bis zu 6 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entzündungshemmend und schmerzstillend, entspannt Muskeln (verspannte Brustmuskeln können Ursache sein)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Gut bei Nervenschmerzen

Knochenbruch

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Regt Osteoblasten und die Einlagerung von Kalzium in die Knochen an, der Heilungsverlauf wird um 30 % verkürzt

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Hält Knochen elastisch, verringert Brüchigkeit, hält Kalzium im Knochen fest

Moringa

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Höchster Gehalt an natürlichem Bor unterstützt den Organismus bei der Einlagerung von Kalzium in den Knochen. So werden Knochen härter und Knochenbrüche heilen schneller aus.

Knorpelverletzung

siehe Bänderverletzung

Konzentrationschwäche

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Wirkt durch Anregung der Botenstoffe leistungssteigernd, kurbelt Gehirntätigkeit an, man lernt leichter

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Verbessern den Gehirnstoffwechsel und alle dort ablaufenden Prozesse inklusive Energiebereitstellung für sämtliche Leistungen des Gehirns, insbesondere alle kognitiven Leistungen

Reishi oder Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Verbessert Merkfähigkeit und Konzentration

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Antioxidativ, hervorragende Wirkung auf Gefäße generell, verbessert kognitive Fähigkeiten

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Extrem antioxidativ, fördert Durchblutung, befreit von Gefäßablagerungen

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Eisenmangel macht müde und unkonzentriert

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Vitamin C – Mangel kann auch zu Konzentrationsstörungen führen

Kopfschmerzen

(als zusätzliche Begleitung, zur Wahl, nach Bedeutung gereiht)

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps, akut auch 5-6 Kps auf einmal

Wirkung: Bei Kopfschmerzen mit Beteiligung von Leber und Galle

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung mit vielen positiven Wirkungen, durch Studien belegte entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung, ersetzt sogar Schmerzmittel, für die schmerzstillende Wirkung ist ein Spiegel erforderlich, wirkt zusätzlich entkrampfend auf die Muskulatur

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps, akut 3 Kps extra

Wirkung: Häufig bestes Sofortmittel bei Kopfschmerzen, Vitamin B3 erweitert Gefäße

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 3 Kps

Wirkung: Entkrampft Muskulatur

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 1-2 El

Wirkung: Entsäuert, verbesserte Magnesiumversorgung, beeinflusst die Magensäure nicht

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Entsäuert, verbesserte Magnesiumversorgung, nicht bei Magensäuremangel

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer ist aufgrund seiner Ginerole ein adäquater Einsatz für nichtsterioide Schmerzmittel wie Acetylsalicylsäure

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Im Ayurveda wird Moringa als Mittel bei Kopfschmerzen angewendet

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi löst Erkältungs- bedingte Kopfschmerzen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr, akut 3 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Häufig hilfreich bei Migräne, verbessert Blutfluss, Schmerzreduktion

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 3 Kps

Wirkung: Gefäßerweiternd, bei Kopfschmerzen durch verengte Gefäße. Chrom wirkt Kopfschmerzen durch Unterzuckerung entgegen

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1-3 Kps

Wirkung: Stellt die Gefäße weiter, bei Spannungskopfschmerzen, außerdem hat er eine ausgleichende und regulierende Wirkung auf den gesamten Organismus.

Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3 Kps

Wirkung: Schmerzstillend

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps, akut 3 Kps

Wirkung: Entspannend, entstressend, ausgleichend, entspannt Muskulatur, gut für Leber und Galle, durchblutungsfördernd bei Spannungskopfschmerz, steigert Durchblutung in kleinsten Blutgefäßen, dadurch vorbeugend gegen Migräneanfälle, psychisch ausgleichend, regt Bildung körpereigener Botenstoffe zur Schmerzreduktion an

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: wirkt aus psychischer Ebene, entspannend, verbessert die Sauerstoffversorgung des Blutes und hilft bei chronischer Erschöpfung

Krebs vorbeugend, unterstützend

(als zusätzliche Begleitung, zur Wahl, nach Bedeutung gereiht)

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps

Wirkung: Artemisin stört Angiogenese, trennt Krebszellen von Nährstoffversorgung und setzt freie Radikale frei, die Krebszellen angreifen

Papayablatttee

Tagesdosierung: 2 Zubereitungen: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Löst eiweißhaltige Fibrinhülle von Krebszellen an. Immunabwehr erkennt sie und greift sie an. Gesunde Zellen verfügen über Schutzmechanismen gegen eiweißspaltende Enzyme, während Krebszellen erst verzögert Enzymhemmstoffe dagegen entwickeln. Papayablatttee mildert Nebenwirkungen der Chemo. Bei Abmagerung kommt der Appetit zurück

Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze haben vielfältige Anti-Tumor-Wirkung, verhindern Ausbreitung und Wachstum von Tumoren, lindern Nebenwirkungen von Chemo- und Strahlentherapie, vor allem bei Brust-, Bauchspeicheldrüsen-, Eierstock-, Haut-, Magen-, Darm-, Leber-, Vorsteherdrüsenkrebs, Leukämie, Gehirntumor, Non Hodgkin Lymphom

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Anti-Tumor-Wirkung, lindert Nebenwirkung der Chemo- oder Strahlentherapie, es kommt zu einer schnelleren Wiederherstellung der ursprünglichen Leuko-, Erythro- und Thrombozytenspiegel, unterstützt das Immunsystem, vor allem bei Leber-, Milz-, Magen-, Lungen- und Hautkrebs

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Gleich mehrere hervorragende Wirkungen auf das Krebsgeschehen, vor allem nachgewiesen bei Prostata-, Haut-, Nieren-, Blasen und Lungenkrebs, Leukämie, führt zu weniger Infektionen und Steigerung der Antriebskraft sowie Linderung depressiver Verstimmungen

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze haben vielfältige Anti-Tumor-Wirkung, verhindern Ausbreitung von Tumoren, lindern Nebenwirkungen von Chemo- und Strahlentherapie und verbessern dabei Hormon- und Schleimhautregulation sowie Blutbildung, nachgewiesen bei hormonabhängigem Prostata-, Brust-, Eierstock-, Gebärmutterhals-, Magen-, Blasen-, Haut-, Leber-, Lungen-, Nasen-Rachen-, Speiseröhren-, Darmkrebs, Leukämie, Lymphom, Sarkom, Gehirntumor, Metastasen

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze haben vielfältige Anti-Tumor-Wirkung, verhindern Ausbreitung von Tumoren, lindern Nebenwirkungen von Chemo- und Strahlentherapie, positiv bei Appetitmangel, Durchfall, Haarausfall, Depressionen und Entzündungen, nachgewiesen bei Magen-, Darm-, Speiseröhren-, Hautkrebs, Sarkom

Auricularia Vitalpilz

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Steigerung der NO-Synthese und des Tumor-Nekrose-Faktor-alpha. Somit eignet sich der Auricularia bei Tumorerkrankungen. Außerdem fängt er freie Radikale und hemmt so die Bildung von Bindegewebstumoren. Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Wirkt in 12-facher Weise gegen Krebs, Hemmung des Transkriptionsfaktor NF-kappa B, wirkt Metastasenbildung bei Brust- und Prostatakrebs entgegen. Chemopräventiv auf den Zellzyklus und die Zell-Transformation, leitet die Apoptose ein und kann daher bei allen Krebsarten, auch Hirntumoren, helfen. Zusätzlich Schutz vor Strahlenschäden.

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Antioxidantien, entzündungshemmend, starke antikarzinogene Wirkung bei Brust- und Prostatakrebs. Selektiv zytotoxisch. Senkt die Aktivität der Bcl-2-Proteine, wodurch Apoptose ermöglicht wird. Weiters hilft Ingwer bei Übelkeit bei Chemotherapie

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Entzündungs- und tumorhemmend. Bremst Leukotriene, den Tumor-Nekrose-Faktor und die Zellvermehrung durch Kinasenhemmung. AKBAmox[®] enthält dezidiert keine β -Boswelliasäuren, da diese mitunter auch eine Stimulierung der Kinasen bewirken kann. Hemmt verschiedene Faktoren des Tumorwachstums, repariert Krebszellen (Proliferation, Differenzierung und Apoptose der Krebszelle), indem das Enzym Topoisomerase I und II gehemmt wird. Weihrauch regt das Enzym Caspase an, das die Krebszelle in den Zelltod führt. Weihrauch hemmt außerdem das Enzym Plasmin, das beim Wachstum von Tumoren und der Bildung von Metastasen mitwirkt: Bei Hirntumoren (Astrozytom), Leukämie, Prostatakarzinom, Melanom, Fibrosarkom, Blasenkarzinom, Gebärmutterkarzinom und Myelom.

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Das Blatt reduziert Krebszellen bei Brustkrebs und Protatakrebs. Es wirkt gegen Metastasierung von Prostatakrebszellen. Grund für die Hemmung sind Matrix-Proteinasen und die Fokal Adhesion Kinase. Löwenzahnwurzel dagegen hilft erfolgreich gegen Metasierung von Brustzellen und Leukämiezellen, regt das körpereigene Enzym Caspase an und bringt Leukämiezellen zum Absterben. Löwenzahnwurzel zeigt Erfolge bei Pankreas-, Haut-, Leber- und Lungenkrebs.

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Dank Astaxanthin etwa 300 mal so antioxidativ wie Vitamin A oder Vitamin E, wirkt außerdem Säurebildung und Entzündungen ursächlich entgegen. Krillöl hat wahrscheinlich auch eine positive Auswirkung auf die Körperrhythmen, die bei Krebspatienten schon im Vorfeld der Erkrankung gestört sind, hemmt Haut-, Brust-, Bauchspeicheldrüsen-, Darm- und Prostatakrebs. Vor allem Krillöl premium mit Vitamin D dient der Krebsprophylaxe.

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Vitamin D reduziert das Erkrankungsrisiko, hat eine differenzierende Wirkung auf verschiedene Krebszellen, sodass sie leichter behandelbar sind, hat wachstumshemmende Wirkung auf verschiedene Krebsarten

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL

Wirkung: Silizium aktiviert das Immunsystem, günstig für das weiße Blutbild während Chemotherapie

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Man fand bei hohen Dosierungen eine Aktivierung des programmierten Zelltodes, indem ein spezielles Eiweiß in den Krebszellen angegriffen wird, während gesunde Zellen nicht berührt werden. OPC lindert auch die diversen Nebenwirkungen von Chemotherapien.

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Stärkt die Bildung weißer Blutkörperchen (nach Chemo- und Strahlentherapie) und regt das Immunsystem (Lymphozyten) an, krebshemmende Wirkung aufgrund des Gehalts an Glycosid Ginsenoid Rh2

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei Darmkrebs und hormonabhängigen Krebsarten, Phytohormone haben hormonähnliche Wirkung und den entscheidenden Vorteil, dass sie sich in die Rezeptoren des im Übermaß gefährlichen Östradiol setzen und diese nicht mehr andocken können. Fördert DHEA, das bei Krebs erniedrigt ist. Hormontest angeraten.

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Aromatase-Hemmer – senkt die Östrogensynthese im Fettgewebe. Bei Darmkrebs und hormonabhängigen Krebsarten, auch bei Hautkrebs. Hormontest angeraten. Nicht bei Östradioldominanz.

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Hemmen Krebs und Tumorwachstum, stärken das Immunsystem, beugen Bildung von Darmkrebs fördernden sekundären Gallensäuren vor, schützen Darmflora

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2x1 Messerspitze in Wasser
Wirkung: Vulkanmineral entsäuert, entgiftet die Leber nach Chemotherapie, unterstützt das Immunsystem

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
Wirkung: Vitamin C und Zink sind von entscheidender Bedeutung für ein funktionierendes Immunsystem, wirken antioxidativ, Vitamin C- ist bei der Krebsentstehung von unmittelbarer Bedeutung. Zink reguliert das Tumorwachstum.

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 1 Liter Tee oder 3x2 Kps
Wirkung: Schützt gesunde Zellen bei Bestrahlung, antioxidativ, Krebschutz

Rotklee + Yams + Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Phytoöstrogene haben östrogenähnliche Wirkung und den entscheidenden Vorteil, dass sie sich in die Rezeptoren des im Übermaß gefährlichen Östradiol setzen und diese nicht mehr andocken können. Dadurch vorbeugend und begleitend bei hormonabhängigen Krebsarten. Hormontest angeraten. Nicht bei Östradioldominanz.

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
Wirkung: Immunaktivierend, häufig begleitend sehr hilfreich bei Brustkrebs, Prostata- und Bauchspeicheldrüsenkrebs

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 3x2
Wirkung: Im Tierversuch hilfreich bei Lungenkrebs, Metastasen, erhöht Glutathionproduktion

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps
Wirkung: Der sekundäre Pflanzenstoff Lunasin ist entzündungshemmend und zeigte positive Wirkungen bei Hautkrebs, Prostatakrebs und Brustkrebs. Gerstengras kann bei einer Anti-Krebs-Diät eingebaut werden

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Unterstützt die Immunkraft und die Hemmung der Entzündung in der Umgebung von Tumoren. Daher ist Moringa begleitend in der Krebsdiät wertvoll. Chlorophyll hemmt Tumore. Günstige Kombination mit Artemisia annua

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Stärkt die Abwehr, bzw. Bekämpfung der Krebszellen. Unterstützt in der Krebstherapie, beugt vor. Aktiviert entgiftende Stoffwechselforgänge, unterstützt die Selbstheilung der Zellen, verhindert das Wachstum von Blutgefäßen und damit die Ausbreitung eines Krebsgeschehens, hemmt Metastasenbildung und leitet den Zelltod der Krebszelle ein. Schützt vor Strahlenbelastungen und heilt Strahlenschäden

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Hemmt Entstehung und Wachstum verschiedener Arten von Tumorzellen, insbesondere im Dickdarm

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener EL in Wasser oder Saft
Wirkung: Ballaststoffe zur Darmkrebsprophylaxe

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
Wirkung: Die entsäuernde Wirkung kann bei Krebspatienten unterstützend wirken

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
Wirkung: Die entsäuernde Wirkung kann bei Krebspatienten unterstützend wirken

Baobaböl

Tagesdosierung: nach Belieben dünn auftragen
Wirkung: Baobaböl wird zur Vorbeugung und zur Nachbehandlung vor/bei Hautschäden durch Strahlentherapie nach Chemotherapie angewandt, um auch Candida-Pilz zu vermeiden

Kribbeln in Armen, Beinen

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps, akut 3 Kps
Wirkung: Lähmungen, Kribbeln, Muskelzucken, Taubheit der Arme und Beine und gestörte Bewegungsabläufe können mit Vitamin B-Mangel zusammenhängen.

Krillöl premium + Astaxanthin Kps + Vitamin D

Tagesdosierung: 1 Kps oder auch mehr
Wirkung: Gestörte Koordination der Bewegungen, Muskelzucken, Sturzanfälligkeit sind oft auf Vitamin-D Mangel zurückzuführen

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
Wirkung: Gestörte Koordination der Bewegungen, Muskelzucken, Sturzanfälligkeit sind oft auf Vitamin-D Mangel zurückzuführen

Lähmungen

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2 Kps, akut 3 Kps
Wirkung: Lähmungen, Kribbeln, Taubheit der Arme und Beine und gestörte Bewegungsabläufe können mit Vitamin B-Mangel zusammenhängen, vor allem mit Vitamin B12-Mangel

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Regeneriert Nerven durch Anregung des Nervenwachstumsfaktors

Leberentgiftung siehe Entgiftung

Leberproblematik

siehe Entgiftung, Fettleber, Hepatitis, Krebs

Leistungsschwäche siehe auch Erschöpfung

Leistungssteigerung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cordyceps Vitalpils Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Verbessert die Sauerstoffaufnahme, steigert ATP Gewinnung in sehr hohem Ausmaß, fördert körperliche und sexuelle Leistungsfähigkeit

Reishi Vitalpils Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Schenkt Energie, reduziert Stress, mehr Leistung bei geringerem Sauerstoffverbrauch, fördert geistige und sexuelle Leistungsfähigkeit, verbessert Hör- und Sehvermögen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Schenkt Energie, reduziert Stress (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Mental und physisch leistungssteigernd

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Rhodiola wirkt antidepressiv und durch Anregung der Botenstoffe mental leistungssteigernd, Cordyceps wirkt physisch leistungssteigernd und verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, auch Yams steigert das Energiepotential

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Schenkt Energie, reduziert Stress

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2-3 Kps

Wirkung: Qi Pflanze, reduziert Stress, gleicht Nerven aus, verbessert Pumpleistung des Herzens, verbessert anaerobe Leistung, geringere Bildung von Milchsäure, geringere Ermüdung

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Schenkt Energie, reduziert Stress

Libidomangel siehe Impotenz

Lungenprobleme siehe Asthma und Bronchitis

Lupus erythematodes

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Sollte die Niere beteiligt sein, kann Curcumin helfen, die Proteinurie, Hämaturie und den systolischen Blutdruck zu senken

Artemisia annua

Tagesdosierung: Chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps

Wirkung: Wirkt antibakteriell und antibiotisch

Magengeschwüre siehe Gastritis

Magenleiden siehe Gastritis, Helicobacter

Magensäure zu viel, siehe Sodbrennen, Gastritis

Magensäure zu wenig

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer fördert mehr Magensäure aufgrund des Wirkstoffes Ginerol, das die gesamte Verdauung ankurbelt.

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn stärkt den Magen. Er regt aufgrund seiner Bitterstoffe die Magensäfte an

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Gleicht zu wenig Magensäure aus

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Fördert Magensäure und Verdauung

MSM Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Gleicht zu wenig Magensäure aus

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Gleicht zu wenig Magensäure aus

Mate Tee

Tagesdosierung: 1/2 El auf 1 l

Wirkung: Stärkt die Magensäure

Magenschmerzen siehe Gastritis, Helicobacter

Magersucht

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Appetit ausgleichend

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Appetitanregend, sogar bei Krebs nimmt man damit zu

Makuladegeneration

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Beschützt dank seiner antioxidativen Wirkung das Auge vor oxidativem Stress

Lutein + Zeaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Reichhaltige Antioxidantien schützen vor einem Vorschreiten der Erkrankung, enthält weiters Vitamin C, Vitamin E, Aronia, Traubenkernextrakt, Zink zur vielfältigen Unterstützung der Sehkraft

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Enthält Lutein und Zeaxanthin gegen Makuladegeneration

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Aufgrund der extrem starken antioxidativen Wirkung des Inhaltsstoffs Astaxanthin etwa 200 mal so effektiv wie Vitamin A oder Vitamin E, wird die weitere Zerstörung der Sehlinse durch freie Radikale der UV-Strahlen verhindert und gleichzeitig eine Re-Pigmentierung der Sehlinse herbeigeführt

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Gefäßschützende Wirkung, Normalisierung des Augeninnendrucks, schützt vor Makuladegeneration, grauem Star, verbessert die Nachtsicht und die Anpassung des Auges

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Senkt den Augeninnendruck

Malaria siehe Fieber

Menstruationsbeschwerden

siehe Regelbeschwerden

Migräne siehe Kopfschmerzen

Milz-Qi-Schwäche

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze wirken positiv auf die Milzenergie, speziell der Coriolus, Nahrungsmittelunverträglichkeiten rufen immer eine Milzschwäche hervor

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps.

Wirkung: Wärmend, stärkt mit Milz-Qi, macht munter

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 3x3 Kps

Wirkung: Wärmend, stärkt Milz- und Lungen-Qi

Mineralstoffversorgung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Tl in Wasser

Wirkung: Magnesium und Kalzium gut aufnehmbar als Citrate, keine Neutralisation der Magensäure

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Kalzium und Magnesium ionisiert und daher gut aufnehmbar, nicht bei Magensäuremangel

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Chlorophyll hilft bei der Bildung von Hämoglobin (Blutfarbstoff) und Myoglobin (Muskelprotein). Es stärkt das Immunsystem und optimiert den Sauerstoffgehalt des Blutes. Hoher Gehalt an natürlichem Bor, reich an Kalzium, Mangan und Eisen.

Mate Tee

Tagesdosierung: 1/2 El auf 1 l, kalt oder warm

Wirkung: Elektrolytgetränk, ersetzt Schweiß, Kalium, Magnesium, Kalzium

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2x1 El in Wasser, Fruchtsaft oder Smoothie, auch problemlos öfter

Wirkung: Kalium, Kalzium, wenig Magnesium, Ballaststoffe, natürliches Vitamin C

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps, auch mehr

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, ist ein wichtiger Baustoff unter anderem für Haut, Schleimhäute, Haare, Nägel, Knochen, Muskeln

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps

Wirkung: Gerstengras enthält viele Nährstoffe, besonders viel Kalzium

Morbus Crohn siehe Colitis

Morbus Parkinson siehe Parkinson

Müdigkeit siehe Erschöpfung

Mukoviszidose

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 3 Kps, Kinder 1 bis 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Sehr effektiv bei Mukoviszidose, auch bei transplantierte Lunge, erhöht Acetylcholingehalt, Mukoviszidose-Patienten haben auch oft zu geringe Vitamin D – Aufnahme aus der Nahrung

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend bei Mukoviszidose, auch bei transplantierte Lunge

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Curcumin in kleinen Dosen könnte sich günstig auf den Gendefekt auswirken

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, versieht die Schleimhäute mit einem Schutzfilm, der sie vor Angriffen von Erregern schützt, für die Elastizität der Lungenbläschen, auch bei transplantierte Lunge

Multiple Sklerose

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Regt den Nervenwachstumsfaktor an, dadurch Regeneration der Myelinschicht im Frühstadium

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Hervorragende Unterstützung bei vielen Autoimmunerkrankungen, Krillöl ist zur Reduktion der Entzündungsfaktoren als Begleitmaßnahme empfohlen, senkt Entzündungsbereitschaft des Gewebes, wichtig auch: der Zellstoffwechsel, auch der Nervenzellen, wird auf natürliche Weise verbessert, schützt Nervenzellen, baut neue Verbindungen auf, Vitamin D moduliert das Immunsystem und dämpft überschießende Immunreaktion, wirkt zusätzlich entzündungshemmend

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Greift in die Regulation der Entzündungs-Zytokine ein, weshalb es bei allen Entzündungen hilfreich ist. Außerdem wird ihm ein immunmodulatorischer Effekt zugeschrieben, das macht Curcumin empfehlenswert bei MS

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Boswelliasäuren hemmen das Komplementsystem, das für überschießende Reaktionen bei entzündlichen Reaktionen und Autoimmunerkrankungen verantwortlich ist. Krankheitsschübe können durch Weihrauch eingedämmt werden

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Vitamin D moduliert das gegen körpereigene Zellen antretende Immunsystem, dämpft überschießende Immunreaktionen und reduziert damit das Risiko für die Selbstzerstörung von Zellen. Andererseits wirkt es entzündungshemmend.

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Entzündungshemmend, stärkt das Immunsystem, entgiftet Aluminium

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entzündungshemmend, schmerzstillend

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Wichtig für Nerven allgemein

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Nerven ausgleichend, verbessert Impulsleitung durch die optischen Nervenbahnen

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei allen Autoimmunerkrankungen, gleicht Überreaktionen des Immunsystems aus, entgiftet Schwermetalle

Muskelaufbau

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Alle notwendigen Aminosäuren zum Muskelaufbau

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Unterstützt Muskelaufbau, fördert Fettverbrennung, senkt Cortisol, Struktur verbessernd (Gelenke, Sehnen, Bänder, Knochen)

Muskeldystrophie

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Vitalpilze modulieren das Immunsystem bei allen Autoimmunerkrankungen

Muskelkrämpfe

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2-3x1 Tl in Wasser

Wirkung: Enthält Magnesium und Kalzium aus gut aufnehmbaren Citraten. Magnesiummangel kann Krämpfe nachts verursachen. Magnesium entspannt Muskulatur. Kalziummangel kann Krämpfe tagsüber verursachen

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Ionisiertes Kalzium und Magnesium, schnell aufnehmbar. Magnesiummangel kann Krämpfe nachts verursachen. Magnesium entspannt Muskulatur. Kalziummangel kann Krämpfe tagsüber verursachen

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entzündungshemmend, schmerzstillend, entspannt Muskulatur, Spiegel erforderlich, daher weniger Sofortwirkung, eher bei langfristiger Einnahme

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Eisenmangel kann zu Krämpfen führen

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Wadenkrämpfe nachts, die nicht auf Magnesium ansprechen, deuten oft auf Vitamin D-Mangel

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr

Wirkung: Bei nächtlichen Wadenkrämpfen, die durch Magnesium nicht besser werden

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Krampflösend

Muskelregeneration

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Fördert den Muskelaufbau

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Aminosäuren zur Muskelregeneration

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex hilft bei der Regeneration der Muskulatur mit, fehlt oft bei Muskelschmerzen

Krillöl premium + Astaxanthin (wahlweise + Vit D3+Vit K2 Kps)

Tagesdosierung: 1 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Astaxanthin reichert sich in Muskeln an, schützt sie vor Oxidation, leistungssteigernd.

Bei Vitamin D-Mangel kommt es häufig zu Symptomen wie schwache Muskeln (vor allem in den Oberschenkeln), Schmerzen in Knochen und Muskeln, Muskelzucken. Bei nächtlichen Wadenkrämpfen, die durch Magnesium nicht besser werden, Schmerzen im Rücken und Nacken, nachts schlimmer werdend und bei Anstrengung.

Muskelschmerzen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 bis 3x4 Kps

Wirkung: L-Carnitin hilft oft bei Muskelschmerzen

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entzündungshemmend, schmerzstillend, entspannt Muskulatur

Reishi, Coriolus, Cordyceps, Agaricus, Hericium, Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x3 bis 3x2 Kps, akut 4 Kps auf einmal

Wirkung: Vitalpilze entsäuern, dadurch Schmerzreduktion, verringern Laktat, auch bei Fibromyalgie

Achtung: Auricularia wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entgiftet, entwässert, entschlackt, entsäuert

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Tl in Wasser

Wirkung: Mit basischen Mineralstoffen, oft ist Übersäuerung der Hintergrund, keine Neutralisation der Magensäure

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Mit basischen Mineralstoffen, oft ist Übersäuerung der Hintergrund, nicht bei zu wenig Magensäure

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer ist aufgrund seiner Ginerole ein adäquater Einsatz für nichtsteroidale Schmerzmittel wie Acetylsalicylsäure. Seine entzündungshemmenden und schmerzstillenden Eigenschaften helfen bei Muskelschmerzen

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn stärkt den Bewegungsapparat und wird aufgrund seiner stoffwechsellagernden Wirkung bei Schmerzen in Muskeln und Sehnen angewendet

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex fehlt oft bei Muskelschmerzen

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl bis 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Entgiftet Schwermetalle, vor allem Aluminium, oft Schmerzrückgang bei Fibromyalgie

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr

Wirkung: Vitamin D kann bei Muskelschmerzen helfen. 60-90% der chronischen Schmerzpatienten haben einen Vitamin D-Mangel

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Muskelschmerzen kommen auch von Vitamin D-Mangel, vor allem im Rücken und Nacken

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Auch Vitamin C-Mangel kann Ursache für Muskelschmerzen sein

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 Messerspitzen in Wasser

Wirkung: Bindet Giftstoffe, entlastet Darm und indirekt die Leber, entsäuert, Körper ist dadurch mit weniger Schlacken belastet, als Bad entsäuernd

Myom siehe Hormonschwankungen

Nägel brüchige siehe Hautprobleme

Nägel Rillen und Flecken

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr

Wirkung: Vitamin D-Mangel kann sich in Rillen und Flecken an den Nägeln zeigen

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Vitamin D-Mangel kann sich in Rillen und Flecken an den Nägeln zeigen

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Eisenmangel kann sich in gerillten Fingernägeln zeigen

Nahrungsmittelunverträglichkeiten

(mögliche Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Regeneriert und stärkt Darmschleimhaut und Darmflora

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Fördert die gesunde Darmflora und unterstützt die Enzyymbildung (Protease, Lipase, Laktase), wodurch sich Unverträglichkeiten bessern können

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze wirken positiv auf die Milzenergie, speziell der Coriolus, Nahrungsmittelunverträglichkeiten rufen immer eine Milzschwäche hervor

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener EL in Wasser oder Saft
Wirkung: Regen Darmbakterien zur Bildung eines Schutzfilms auf der Darmschleimhaut an, bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2, akut 4 Kps
Wirkung: Unterstützt maßgeblich das Immunsystem, unterbricht die Histaminausschüttung im Akutfall und stoppt allergische Reaktionen, bei allen Allergietypen, speziell auch bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: L-Glutamin aus einer der Mischungen unterstützt die Schleimhautheilung bei allergischem Hintergrund

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2 Messerspitzen in Wasser
Wirkung: Vulkanmineral entsäuert, wirkt gegen Darmdysbiosen und Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Nebenhöhlenentzündung siehe Schnupfen

Nebennierenschwäche

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Entspannt, beruhigt, macht klar und ruhig

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 3x3 Kps
Wirkung: Entspannt, entkrampft, beruhigt den Sympathikus

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Entstresst, entspannt, beruhigt, baut die Nebennieren wieder auf

Nervenleiden/Nervenschwäche

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2-4 Kps
Wirkung: Wichtig für die Nerven, auch bei Nervenentzündungen und Lähmungserscheinungen, Taubheit, Kribbeln und Krämpfen in Armen und Beinen, Ischias, Hexenschuss und Trigeminusneuralgie

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Tulsi führt in die Entspannung. Es gehört zu den Adaptogenen, d.h. es erleichtert die Stressanpassung und stärkt die Nerven

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Regt den Nervenwachstumsfaktor an, dadurch Regeneration und Stärkung der Nerven, auch bei tauben Hautstellen nach Unfällen, Operationen, Narben, bei schwachen Nerven, bei Unruhe-, Angst- und Spannungszuständen sowie bei Trigeminusneuralgie

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Buntnessel regeneriert Nervenschäden, hellt Stimmung auf

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Schützt die Nerven und baut neue Nervenverbindungen auf.

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Entstresst, entspannt, beruhigt, bei Nervenschwäche und Ängsten, bei Hexenschuss

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Nerven stärkend, anregend und ausgleichend

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Stimmung aufhellend, Nerven stärkend, anregend und ausgleichend

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Entstresst, entspannt, beruhigt, bei Nervenschwäche und Ängsten

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 3x3 Kps
Wirkung: Bei Nervenschmerzen, Hexenschuss und Ischias

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL in Wasser
Wirkung: Entgiftet, vor allem Aluminium (in Gehirn und Nerven)

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps
Wirkung: Wirkt aufs Nervensystem, auf Stimmung und auf das Zusammenspiel zwischen Nerven und Muskeln, wichtig fürs Gehen, reduziert Sturzgefahr

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps
Wirkung: Bei DHEA- und Cortisol-Mangel infolge Erschöpfung

Nervosität siehe Nervenleiden, Stress

Neurodermitis

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Baobaböl

Tagesdosierung: Nach Belieben dünn auftragen
Wirkung: Baobaböl ist entzündungshemmend und regenerativ bei Störungen der Hautbarriere. Neurodermitis bessert sich deutlich schneller durch Baobaböl

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps
Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig zur Heilung von Hautschäden, oft Mangel bei Neurodermitis, senkt Histamin

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Aufgrund ihrer Phospholipide sind Omega-3-Fettsäuren und das Astaxanthin des Krillöls sofort bioverfügbar, senkt Entzündungs- und Allergiebereitschaft des Gewebes, deutliche Anti-Stress-Wirkung

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Unterstützt maßgeblich das Immunsystem, unterbricht die Histaminausschüttung im Akutfall und stoppt allergische Reaktionen, bei allen Allergietypen, speziell auch bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Stärkt die Nerven, entgiftend, entsäuernd, balanciert das Immunsystem

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener El in Wasser oder Saft

Wirkung: Ballaststoffe nähren die Darmbakterien, die Butyrat erzeugen, das wiederum die Darmwände schützt. Ein gestörter Butyrat-Stoffwechsel kann sich sogar auf die Haut auswirken (Ekzeme, Hautflechten, Psoriasis), wichtig bei versteckten Nahrungsmittelallergien

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Bei Neurodermitis liegen oft versteckt ablaufende Nahrungsmittelallergien vor, die durch eine gestörte Darmflora gefördert werden, Lactobac Darmbakterien fördern die gesunde Darmflora und schützen das Immunsystem, das zu 80 % im Darm liegt

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entgiftet – auch in Bezug auf Schwermetalle, die bei Neurodermitis besonders belastend sein können, produziert einen Schutzfilm auf Schleimhäuten und kann so die Wirkung von Allergenen mindern, fördert die Leberfunktion

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Silizium ist nicht nur ein wichtiges Spurenelement für Haut, Haare und Nägel, sondern auch für den Darm, aktiviert das Immunsystem

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: OPC ist entzündungshemmend, antioxidativ, schützt damit die Haut und wirkt Austrocknung entgegen

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: L-Glutamin aus einer der Mischungen unterstützt die Schleimhautheilung bei allergischem Hintergrund

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2 TL in Wasser

Wirkung: Mineralstoffversorgung und Entsäuerung durch mikronisierte Kalzium- und Magnesiumcitrate, zusätzlich Ballaststoffe für bessere Mineralstoffversorgung und Laktobazillen für die Darmflora

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Übersäuerung kann mit eine Rolle spielen, Mineralstoffversorgung und Entsäuerung, nicht bei schwacher Magensäure

Weihrauch

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Weihrauch wirkt sich bei Entzündungen und Allergien äußerst günstig aus, auch wenn die Haut betroffen ist

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2x1 Messerspitze in Wasser

Wirkung: Bindet Giftstoffe, entlastet Darm und indirekt die Leber, entsäuert, bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Darmdysbiosen, auch äußerlich anwendbar als Bad (we-niger trockene Haut, hält Feuchtigkeit besser)

Niedergeschlagenheit siehe Depression

Nierengrieß/Nierensteine

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn wirkt aufgrund seiner Bitterstoffe und seines hohen Kaliumgehalts harntreibend und kann zur Durchspülung von Nierengrieß und Nierensteinen eingesetzt werden

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi stärkt die Nieren und löst Nierensteine. Es senkt den Harnsäurespiegel und entgiftet

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Reinigt ableitende Harnwege und Nieren

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Verbessert insgesamt die Nierenfunktion

Nierenschwäche

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Stärkt die Nierenenergie und regt die Nierentätigkeit an, verbessert die Nierenfunktion – auch sehr wirksam bei Nierenentzündung und nach Nierentransplantation, schützt die Niere bei Kontrastmitteluntersuchungen

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi stärkt die Nieren und löst Nierensteine. Es senkt den Harnsäurespiegel und entgiftet

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser

Wirkung: Silizium unterstützt die Nierenfunktion

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener El in Wasser oder Saft

Wirkung: Entlastung der Nieren durch verringerte Harnsäureproduktion

Reishi oder Agaricus oder Coriolus Vitalpils Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, immunmodulierend, stärkt die Nierenenergie

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Bei Nierenschwäche kommt oft Vitamin D-Mangel vor

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Entlastet die Nieren bei der Entgiftungsarbeit durch Regulierung und Stärkung des Darms

Obstipation siehe Verdauungsprobleme

Ödeme

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Coriolus oder Agaricus Vitalpils Kps

Tagesdosierung: 2x3 bis 3x3 Kps

Wirkung: Hilft bei Milzschwäche, die Ödemen zugrunde liegen kann, wirkt feuchtigkeitssausleitend, stärkt Herz- und Nierenmeridian

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener El in Wasser oder Saft

Wirkung: Entlastet Nieren durch säurebindende Wirkung

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 2x3 Kps

Wirkung: Fördert Entwässerung, nicht bei Gicht, Herz- oder Niereninsuffizienz

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex reduziert Ödeme

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Silizium unterstützt die Nierenfunktion

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bei postoperativen oder verletzungsbedingten Ödemen

Osteomalazie

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bei Knochenerweichung durch Oxidation

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Vitamin D steuert die Einlagerung von Kalzium in den Knochen. Vitamin D fördert nicht nur die Aufnahme von Kalzium aus dem Darm, die Rückaufnahme von Kalzium in die Knochen, sondern wirkt nebenbei sogar auf das Nervensystem. Das Zusammenspiel zwischen Nerven und Muskeln klappt besser und verhilft zu mehr Kraft, Mobilität und Gleichgewicht. Im Alter beugt Vitamin D Knochenerweichung und -schwund vor.

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Im Alter beugt Vitamin D Knochenerweichung und -schwund vor

Osteoporose

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Cissus Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Knochen heilend, nachweislich Knochendichte verbessert, regt Osteoplasten an

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Natürliches Bor hilft bei der Einlagerung von Kalzium in den Knochen. Knochen werden härter

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr

Wirkung: Krillöl enthält besonders gut bioverfügbare Omega-3-Fettsäuren, die sich äußerst positiv auf die Knochendichte auswirken, möglicherweise, weil dadurch Säurebildung reduziert wird, Vitamin D steuert die Einlagerung von Kalzium in die Knochen, wirkt auch auf das Nervensystem und führt dadurch zu weniger Stürzen und Frakturen.

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Regulation des Kalzium- und Phosphathaushalts und die Steuerung der Einlagerung von Kalzium in die Knochen. Gegen Knochenschwund und Knochenerweichung. Vitamin D fördert nicht nur die Aufnahme von Kalzium aus dem Darm, die Rückaufnahme von Kalzium aus der Niere und den Einbau von Kalzium in die Knochen, sondern wirkt nebenbei sogar auf das Nervensystem. Bei Vitamin D-Zufuhr kommt es nicht nur zu weniger Knochenbrüchen infolge Erhöhung der Knochendichte, sondern Stürze sind auch seltener durch besseres Zusammenspiel zwischen Nerven und Muskeln (mehr Kraft, Mobilität, Gleichgewicht).

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Silizium ist nicht nur ein wichtiges Spurenelement für Haut, Haare und Nägel, sondern auch für die Knochen, es schleust Kalzium in die Knochen und hält sie elastisch, hilft laut Studien nur vor der Menopause bzw. wenn genug (Pflanzen)Hormone vorhanden sind

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2-3x 1TL in Wasser

Wirkung: Gute Mineralstoffversorgung und Entsäuerung durch mikronisierte Kalzium- und Magnesiumcitrate, die besonders leicht aufnehmbar sind Citrate wirken erst im Stoffwechsel basisch, beeinträchtigen daher weder Magensäure noch Verdauung (Mineralstofflösung) Akazienfasern fördern die Fähigkeit zur Mineralstoffverwertung im Darm, zusätzlich enthalten: Laktobazillen. Magnesium ist ein wichtiges Knochenmineral.

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Gute Mineralstoffversorgung mit Kalzium und Magnesium, die für die Knochengesundheit wichtig sind. Vitamin K2 lagert das Kalzium in die Knochen ein.

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Hemmt die Osteoklasten und stimuliert die Bildung der Osteoblasten, hemmt außerdem eine beschleunigte Osteoporose nach Ovariektomie.

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
 Wirkung: Lactobac Darmbakterien stellen den richtigen pH-Wert im Darm her, verbessern Kalziumverwertung, wichtig für Vitamin K-Bildung

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2x1 El in Wasser und mehr
 Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, reguliert und verbessert Darmtätigkeit, wirkt präbiotisch und spendet viel Kalzium, das durch den sehr geringen Phosphorgehalt besonders leicht aufgenommen werden kann

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 1 gestrichener TL in Wasser
 Wirkung: Vulkanmineral entsäuert und enthält knochenstärkendes Silizium

Rotklee + Yams + Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
 Wirkung: Pflanzenhormone aus Rotklee und Yams wirken Knochenschwund entgegen, Cissus beschleunigt die Knochenheilung durch Anregung der Osteoplasten und wirkt sich positiv auf den postmenopausalen Knochenstoffwechsel aus (mit Studien belegte Verbesserung der Knochendichte)

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
 Wirkung: Pflanzenhormone wirken Knochenschwund entgegen, oft sensationeller Erfolg!

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
 Wirkung: Hemmt Knochenabbau durch Osteoplasten

Reishi oder Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
 Wirkung: Stärkt die Nierenenergie, in der TCM mit den Knochen in Verbindung

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps
 Wirkung: Hohe Kalziumgaben behindern die Zinkaufnahme. Bei Erkrankungen des Knochenstoffwechsels (Osteomalazien, Osteoporose) ist daher der Zink-Gehalt des Körpers häufig erniedrigt und muss ersetzt werden.

Panikattacken siehe Angst

Parasiten siehe Würmer

Parkinson

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
 Wirkung: Krillöl fördert die Bildung der Botenstoffe Dopamin und Serotonin, das Cholin des Krillöls behebt Unregelmäßigkeiten des Acetylcholin-Systems im Gehirn, die zu Bewegungsstörungen führen können. Vitamin D hat außerdem nervenschützende Eigenschaften, je höher der Vitamin D-Spiegel, desto geringer das Erkrankungsrisiko.

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2-3 Kps
 Wirkung: Vitamin-B Komplex hilft bei gestörten Bewegungsabläufen

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
 Wirkung: Positiver Einfluss auf Botenstoffe Serotonin und Dopamin

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1 TL Plv in Kaffee oder 2 bis 6 Kps
 Wirkung: Regt den Nervenwachstumsfaktor an, unterstützt Regeneration peripherer Nerven, dadurch reduziert sich Zerfall von Mitochondrien

Pigmentflecken

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser
 Wirkung: Erfolg bei Pigmentflecken wurde als Nebenwirkung beobachtet

Reishi oder Agaricus oder Coriolus oder Cordyceps oder Hericium Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
 Wirkung: Erfolg bei Pigmentflecken wurde als Nebenwirkung beobachtet

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps
 Wirkung: Ein Mangel an Vitamin B6, B9 und B12 kann Pigmentflecken verursachen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr
 Wirkung: Astaxanthin hellt Pigmentflecken auf

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
 Wirkung: Häufig aufhellende Wirkung, kombinieren mit Vitamin C (z. B. Acerola)

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps
 Wirkung: Moringa ist reich an Mangan, das bei hellen Stoffwechselflecken hilft Hautpigmentierung

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
 Wirkung: Tulsi kann äußerlich angewendet werden bei Altersflecken

Pilzkrankungen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps
 Wirkung: Wirkt antibiotisch und antimykotisch

Baobaböl

Tagesdosierung: nach Belieben dünn auftragen, als Nasenöl einige Tropfen in jedes Nasenloch, vaginal in eine Spritze füllen und 1-3x am Abend einführen
 Wirkung: Baobaböl hilft bei allen Pilzinfektionen, wie Fußpilz, Nagelpilz, Hautpilz. Auch bei Infektionen mit Candida-Pilz bei Mund- und Vaginalschleimhaut ist Baobaböl sehr hilfreich

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps
Wirkung: Antimykotisch, bei allen Pilzbelastungen

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Antiviral, antibakteriell, bekämpft Candida albicans, stärkt die Milzenergie, die bei Pilzinfektionen meistens schwach ist

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser
Wirkung: Silizium aktiviert das Immunsystem bei jeglichen Pilzbelastungen

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Löwenzahn hat antimykotische Eigenschaften

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Lactobac Darmbakterien wirken nachweislich gegen Bakterien, Viren, Pilze

Reishi, Cordycep, Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Alle Vitalpilze verbessern das Immunsystem, haben antifungizide Wirkung

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2x1 Messerspitze in Wasser
Wirkung: Vulkanmineral entsäuert und wirkt gegen Darmdysbiosen (Schadbakterien, Pilze)

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung, produziert einen Schutzfilm auf den Schleimhäuten, lokale Anwendung bei Scheidenpilz

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps
Wirkung: L-Glutamin unterstützt die Schleimhautheilung

Polypen

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
Wirkung: Reduziert Darmpolypen lt. Studien um die Hälfte und lässt sie kleiner werden

Prämenstruelles Syndrom

siehe Regelbeschwerden

Prostataerkrankungen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Reishi, Cordyceps, Agaricus oder Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Antiandrogener Effekt, oft erfolgreich bei Prostatakrebs und benigner Prostata Hyperplasie, Aromatase-Hemmer, Alpha-5-Reduktase-Hemmer

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Phytohormon, senkt PSA Wert, krebsvorbeugend

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Auricularia kann die Symptome einer gutartigen Prostatavergrößerung lindern, da er die Blasenfunktion unterstützt. Gleichzeitig dämmt er den Prozess der weiteren Vergrößerung ein.
Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps
Wirkung: Reguliert und unterstützt den Hormonhaushalt, baut bei Stress Hormone wieder auf

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Immunaktivierend, antioxidativ - häufig begleitend sehr hilfreich bei Prostatakrebs

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps
Wirkung: Immunaktivierend, antioxidativ - häufig begleitend sehr hilfreich bei Prostatakrebs

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps (bis zu 3 möglich)
Wirkung: Vitamin C und Zink sind von entscheidender Bedeutung für ein funktionierendes Immunsystem, wirken antioxidativ, Vitamin C Mangel ist bei der Krebsentstehung von Bedeutung

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr
Wirkung: Krillöl enthält entzündungshemmende Omega-3-Fettsäuren, vor allem aber das stark entzündungshemmende Astaxanthin - Gegenspieler des Omega-6, das einen Risikofaktor bei Prostatakrebs darstellt

Psoriasis

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Baobaböl

Tagesdosierung: nach Belieben dünn auftragen
Wirkung: Durch ungesättigte Fettsäuren wie die Linolsäure hat Baobaböl eine regenerative Wirkung bei allen Hautentzündungen. Psoriasis bessert sich deutlich schneller mit Baobaböl

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium mit Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Krillöl enthält besonders gut bioverfügbare Omega-3-Fettsäuren aus Phospholipiden und entzündungshemmendes Astaxanthin, die sich äußerst positiv auf Entzündungen auswirken (keine Psoriasis bei traditionell lebenden Eskimos), senkt entzündungsauslösende Arachidonsäure, in der psoriatischen Haut ist die Arachidonsäure um das etwa 20 fache erhöht und ist damit Ausgangssubstanz für die bekannten Entzündungsprozesse der Haut oder auch der Gelenke, Psoriasis kann auch mit Vitamin D - Mangel zusammenhängen.

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Buntnessel ist im Ayurveda bei Psoriasis empfohlen

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener EL in Wasser oder Saft
Wirkung: Ballaststoffe nähren die Darmbakterien, die Butyrat erzeugen, das wiederum die Darmwände schützt. Ein gestörter Butyrat-Stoffwechsel kann sich sogar auf die Haut auswirken (Ekzeme, Hautflechten, Psoriasis)

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5

Wirkung: Bei Psoriasis kommt es zu Vitamin D-Mangel

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 2x1 Messerspitze in Wasser

Wirkung: Bindet Giftstoffe, entlastet Darm und indirekt die Leber, entsäuert, bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten und Darmdysbiosen, auch äußerlich anwendbar (wie Puder), Bäder schenken der Haut mehr Feuchtigkeit

Papayablatttee

Tagesdosierung: 1Liter

Wirkung: Positiv durch Enzymwirkung, entzündungshemmend

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Wirkt entzündungshemmend und ist oft hilfreich bei Autoimmunerkrankungen

Regelbeschwerden

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi hilft bei Regelbeschwerden. Es entkrampft und führt in die Entspannung ohne müde zu machen. Tulsi hilft auch bei depressiven Verstimmungen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Wochen 2 Stk, dann 1 Stk oder jeweils eine Woche vor und während der Regel 1 bis 2 Stk (Tagesdosierung Krillöl premium mit Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Gegen alle PMS-Symptome und schmerzhaftes Blutung

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Phytohormon, Zyklus ausgleichend, in erster Linie Progesteron fördernd

Rotklee + Yams + Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Reguliert alles rund um den Zyklus durch Phytohormone, östrogen- und progesteronfördernd

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Phytohormon, reguliert und unterstützt den Hormonhaushalt bei Östrogenmangel

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 2x2 Kps

Wirkung: Harmonisierung und Regulierung des Hormonsystems, Reduktion von PMS Symptomen wie Stimmungsschwankungen, Kopfschmerzen, Spannungsgefühl, Regelschmerzen

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer ist aufgrund seiner Ginerole ein adäquater Einsatz für nichtsteroidale Schmerzmittel wie Acetylsalicylsäure. Er hilft bei Krämpfen und wirkt wärmend, hormonausgleichend, milzstärkend

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Hormonausgleichend, normalisiert unregelmäßige Blutungen, schafft Ausgleich auf emotionaler Ebene

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Phytohormone, ausgleichend bei Zyklusschwankungen

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ausgleichend bei Zyklusschwankungen

Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Schmerzlindernd, hormonausgleichend, stillt zu starke Blutung

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 2x3 Kps

Wirkung: Blutstillend bei zu starker Regelblutung

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Wirkt antientzündlich, antispastisch und hilft dabei, den Hormonhaushalt auszugleichen.

Reizdarm siehe Colitis

Reizmagen siehe Gastritis

Rheuma siehe Arthritis

Rosacea

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Baobaböl

Tagesdosierung: nach Belieben dünn auftragen

Wirkung: Linolsäure, eine ungesättigte Fettsäure, hat eine schützende und restrukturierende Eigenschaft. Dadurch ist das Baobaböl sehr hilfreich bei allen Hautentzündungen und Störungen der Hautbarriere

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Regeneriert den Darm, antibakteriell, oft Erfolg bei Rosacea laut Erfahrungsberichten

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Gute Wirkung bei Rosacea, regenerative Wirkung auf das Darmschleimhaut und Darmflora

Sauerstoffversorgung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Vitalpilze erhöhen Sauerstoffaufnahme und ATP-Gewinnung, für Sportler, bei chronischer Müdigkeit, bei Atemnot in Höhenlagen (Höhenkrankheit), Adaptogen

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Gefäßerweiternde Wirkung, besserer Sauerstofftransport

Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden.

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Erhöht Sauerstoffaufnahme des Körpers, Adaptogen

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Erhöht Sauerstoffaufnahme des Körpers, Adaptogen

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Erhöht Sauerstoffaufnahme des Körpers, Adaptogen

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps

Wirkung: Gerstengras optimiert aufgrund seines Chlorophylls den Sauerstoffgehalt des Blutes

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa optimiert aufgrund seines Chlorophylls den Sauerstoffgehalt des Blutes

Schilddrüsenentzündung

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Omega-3-Fettsäuren sind bei Hashimoto-Thyreoiditis unverzichtbar. Nebenwirkungen sind keine bekannt, der Jodgehalt ist vernachlässigbar. Krillöl ist besonders stark entzündungshemmend, auch aufgrund von Astaxanthin, dem roten Farbstoff der Krustentiere, der auch stark antioxidativ wirkt.

Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Balanciert das Immunsystem bei Hashimoto Thyreoiditis, entzündungshemmend, können eine Unterversorgung mit Jod ausgleichen und somit Schilddrüsenfunktion normalisieren

Schilddrüsenüberfunktion

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa erweist einen hohen natürlichen Gehalt an Bor. Dieses wichtige Spurenelement hilft bei einer Überfunktion der Schilddrüse

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig für die Nerven, erhöhter Bedarf bei Schilddrüsenüberfunktion

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr

Wirkung: Bei einer Schilddrüsenüberfunktion kann es zu Vitamin D-Mangel kommen

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Bei einer Schilddrüsenüberfunktion kann es zu Vitamin D-Mangel kommen

Schilddrüsenunterfunktion

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Regulierend bei Schilddrüsenunterfunktion, verbessert die Rezeptoren der Schilddrüsenhormone

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Enthält L-Tyrosin. Aus Jod und L-Tyrosin wird das Schilddrüsenhormon T4 gebildet, das bei Schilddrüsenunterfunktion, die mit Gewichtszunahme verbunden ist, reduziert ist.

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Ausgleichende Wirkung

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Verbessert Hormonbildung, reduziert Enge und Kropfbildung, entzündungshemmend

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Regulierend bei Schilddrüsenunterfunktion

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2 Tl in Wasser

Wirkung: Enthält Magnesiumcitrat, das besonders gut aufnehmbar ist. Bei Schilddrüsenunterfunktion wird aufgrund des verlangsamten Stoffwechsels nicht genügend Magnesium aus der Nahrung aufgenommen. Schilddrüsenanregende Medikamente verbessern zwar die Mg-Aufnahme, erhöhen aber durch die allgemeine Stoffwechselanregung auch den Bedarf und die Mg-Ausscheidung.

Eisen-Chelat Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Ideal bei Eisenmangel, nebenwirkungsfrei, wird bei Schilddrüsenunterfunktion häufig benötigt

Schizophrenie

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: erhöhte Dosis notwendig 4 Kps

Wirkung: Extremer Vitamin B6 Mangel kann zu Schizophrenie führen, häufiger Hintergrund ist die Stoffwechselstörung HPU

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: erhöhte Dosis notwendig 3-5 Kps

Wirkung: Bei HPU als Hintergrund der Schizophrenie fehlt auch Zink

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Vitamin D kann bei Schizophrenie hilfreich sein

Krillöl premium + Astaxanthin (+ Vitamin D)

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr

Wirkung: Krillöl hat hier gute Erfolge gezeigt, Krillöl+Vitamin D kann bei Schizophrenie und Autismus hilfreich sein

Schlaflosigkeit

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: täglich vor dem Schlafengehen trinken, Tagesdosierung 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi fördert guten Schlaf und entspannt. Nimmt Ängste und mindert depressive Verstimmungen

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin-B Komplex ist wichtig für die Nerven und speziell bei Schlaflosigkeit

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Essentielle Aminosäuren, besonders L-Phenylalanin und L-Tryptophan sind wichtig für guten Schlaf

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps, bis Mittags (Tagesdosierung Krillöl premium mit Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Verbessert Schlafrhythmus und entstresst

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa hat entstressende Wirkung. Es unterstützt Gelassenheit, da es zu den Adaptogenen gehört. Im Ayurveda wird Moringa als Mittel für guten Schlaf eingesetzt

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps, bis Mittags

Wirkung: Gleicht die Nerven aus, verbessert den Schlaf, nur bis Mittag einnehmen, da auch Energiespender

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps, bis Mittags

Wirkung: Bei stressbedingter Schlaflosigkeit erleichtern die drei Adaptogene die Anpassung an den Stress, Rhodiola wirkt antidepressiv und durch Anregung der Botenstoffe mental leistungssteigernd, Cordyceps wirkt physisch leistungssteigernd und verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, Yams wirkt gegen Schlaflosigkeit durch Erschöpfung

Reishi oder Cordyceps oder Coriolus oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps, bis Mittags

Wirkung: Antidepressive, harmonisierende, entspannende Wirkung

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps, bis Mittags

Wirkung: Energiespender, wirkt als Phytohormon, gleicht Nerven aus und verbessert den Schlaf

Schlaganfall siehe Gefäßerkrankungen

Schleimbeutelentzündung

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1, bei Schmerzen bis zu 6 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung mit vielen positiven Wirkungen, durch Studien belegte

Entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung, ersetzt oft sogar Cortison und Schmerzmittel, für die schmerzstillende Wirkung ist ein Spiegel erforderlich, daher wirkt MSM erst nach ein paar Tagen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps oder auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium mit Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Krillöl enthält entzündungshemmende Omega-3-Fettsäuren, vor allem aber das stark entzündungshemmende Astaxanthin, auch Vitamin D wirkt entzündungshemmend

Schleimhautregeneration

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Baobaböl

Tagesdosierung: Als Nasenöl einige Tropfen in jedes Nasenloch, vaginal in eine Spritze füllen und 1-3x am Abend anwenden

Wirkung: Baobaböl hilft bei trockener Nasenschleimhaut und bei Scheidentrockenheit

Krillöl mit Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps und auch mehr (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Dank seiner Phospholipide starke Regenerationskraft in Bezug auf alle Schleimhäute, bei vielen - auch genetischen oder autoimmun - Erkrankungen mit Schleimhautbeteiligung ist der Acetylcholin Spiegel reduziert und kann mit Krillöl wieder ausgeglichen werden

Aminosäuren I Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: L-Glutamin unterstützt die Schleimhautheilung

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung, produziert einen Schutzfilm auf den Schleimhäuten

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-4 Tassen Tee oder 3x2 Kps

Wirkung: Hilft nach Bestrahlung geschädigte Schleimhäute zu regenerieren, reduziert Verletzungen der Magenschleimhaut

Schmerzen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps bis 4x2 Kps

Wirkung: Nerven regenerierend, schmerzstillend, entzündungshemmend, bei chronischen Schmerzen meist in Kombination mit Reishi

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2-4 Kps

Wirkung: Fehlen B-Vitamine, sind Schmerzen stärker

Krillöl mit Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2-6 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Regenerierend, schmerzstillend - auch dank Astaxanthin, entzündungshemmend

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x3 bis 3x3 Kps

Wirkung: Fördert schmerzlindernde Botenstoffe, entspannt, krampflösend und psychisch ausgleichend

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer ist aufgrund seiner Ginerole ein adäquater Einsatz für nichtsteroidale Schmerzmittel wie Acetylsalicylsäure

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi hilft bei Schmerzen und ist entzündungshemmend. Das antioxidative Enzym Superoxiddismutase wird durch Tulsi aktiviert und lindert Schmerzen

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung mit vielen positiven Wirkungen, durch Studien belegte entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung, ersetzt sogar Schmerzmittel, für die schmerzstillende Wirkung ist ein Spiegel erforderlich, daher keine Sofortwirkung, wirkt zusätzlich Muskel entkrampfend

Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Schmerzlindernd, entzündungshemmend

Schnupfen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Sternanis Kps

Tagesdosierung: vorbeugend 2x1 Kps, begleitend bis zu 5x2 Kps

Wirkung: Vermehrung von Viren wird verhindert, schleimlösend

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Leitet Schleim aus, bei allen verschleimenden Infekten

Reishi, Cordyceps, Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze fördern das Immunsystem bei allen Infektionen

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung, produziert Schutzfilm auf den Schleimhäuten, entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung, auch als Spülung in Wasser aufgelöst günstig

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps oder akut 2 Kps alle 2 Stunden

Wirkung: Sehr wirksam bei allen Infektionen

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Bei Schnupfen und Sinusitis

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer ist schleim- und krampflösend und weist eine antibakterielle Wirkung auf

Baobaböl

Tagesdosierung: Als Nasenöl einige Tropfen in jedes Nasenloch
Wirkung: Baobaböl hilft bei Schnupfen und trockener Nasenschleimhaut. In ein Pipettenfläschchen umfüllen und einmal täglich zwei, drei Tropfen in jedes Nasenloch geben

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi hilft effektiv bei fast allen Arten von Krankheiten, die mit Atembeschwerden zusammenhängen. Die Inhaltsstoffe wie Cineole, Camphen und Eugenol lösen Schleim, befreien die Atemwege und sorgen für erleichtertes Atmen. Es reinigt die Atemwege bei verstopften Nasennebenhöhlen.

Schwäche siehe Erschöpfung

Schwangerschaftserbrechen

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Vitamin B6-Mangel ist die Hauptursache für Übelkeit in der Schwangerschaft

Schwermetallausleitung siehe Entgiftung

Schwindel

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2-3 Kps

Wirkung: Mangel an Vitamin-B12 kann zu Schwindel, Kolaps, Herzklopfen und Atemnot führen

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Vitamin D-Mangel kann Schwindel hervorrufen

Krillöl mit Astaxanthin + Vitamin D Kps

Tagesdosierung: 1 Kps oder mehr

Wirkung: Vitamin D-Mangel kann Schwindel hervorrufen

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 1 TL Plv in Kaffee oder 3x2 Kps

Wirkung: Verbessert Sauerstoffversorgung, senkt Histamin, das Schwindel auslösen kann

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bei Müdigkeit, Erschöpfung und Schwindel

Sehnenverletzung siehe Bänderverletzung

Sehschwäche

(siehe auch grauer Star, grüner Star, Makuladegeneration)

Lutein + Zeaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Reichhaltige Antioxidantien schützen vor einem Voranschreiten der Erkrankung, enthält weiters Vitamin C, Vitamin E, Aronia, Traubenkernextrakt, Zink zur vielfältigen Unterstützung der Sehkraft, bei Makuladegeneration und grauem Star, trockenen Augen, schlechter Nachtsicht, müden Augen durch Computerarbeit

Krillöl premium + Astaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2-3 Kps

Wirkung: Antioxidantien, Schutz vor Sonnenstrahlen, gegen Makuladegeneration, gut für Gefäße, schützt vor Katarakt (grauer Star), positiv bei trockenen Augen, Reduktion des Augeninnendrucks

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringablätter enthalten unter anderem Vitamin A, Antioxidantien wie das seltene Zeatin und die für die Sehkraft wichtiges Antioxidantien Lutein und Zeaxanthin

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi hilft bei entzündeten Augen und bei Nachtblindheit, die durch Vitamin A- Mangel hervorgerufen wird. Sein hoher Gehalt an Carotinoiden (Vorstufe von Vitamin A) hat eine positive Wirkung auf die Sehfähigkeit

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Gefäßschützende Wirkung, Normalisierung des Augeninnendrucks, schützt vor Makuladegeneration, grauem Star, verbessert die Nachtsicht und die Anpassung des Auges

Sinusitis siehe Schnupfen

Sklerodermie siehe Autoimmunerkrankungen

Sodbrennen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: neutralisiert Magensäureüberschuss

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi stärkt den Magen und hilft bei Verdauungsstörungen wie Sodbrennen

Reishi oder Hericium oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze – insbesondere aber der Hericium und der Reishi - helfen bei Helicobacter pylori, ein häufiger Auslöser von Gastritis, entstressen gleichzeitig, wirken entzündungshemmend, lindern Sodbrennen und Magengeschwüre, bei Magenbrennen ist Hericium am wirksamsten

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bei Sodbrennen und Aufstoßen, Bitterstoffe unterstützen die Verdauung (Gallenfluss)

Brennnessel Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend, hilfreich bei Sodbrennen, Gastritis und Magengeschwüren

Vulkanmineral Plv

Tagesdosierung: 1 gestrichener TL in Wasser

Wirkung: Vulkanmineral entsäuert

Sonnenschutz

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise mit Vitamin D)

Tagesdosierung: 2-4 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium mit Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Antioxidantien, baut Schutz vor Sonnenbrand dank Astaxanthin auf, bei 2 Kps in 2-3 Wochen, bräunt, gegen Makuladegeneration, ein optimaler Vitamin D – Spiegel im Blut schützt vor Sonnenbrand und Hautkrebs

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel fördert schnellere Bräune

Lutein + Zeaxanthin Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Enthaltene Antioxidantien schützen (in gewissem Ausmaß) vor Sonnenbrand

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Antioxidative Wirkung schützt bei starker Sonneneinstrahlung vor Hautalterung

Stress

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi zählt zu den Adaptogenen, also zu Pflanzen, welche die Stressanpassung erleichtern, stressbedingten Bluthochdruck senken sowie die Cortisolausschüttung (Cortisol = Stresshormon) hemmen. Tulsi stärkt die Nerven.

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2 Kps

Wirkung: Reduziert Stress, gleicht Nerven aus

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2-3 Kps

Wirkung: Nervenvitamine, der Vitamin-B Komplex ist wichtig für Nerven und um verbrauchtes Glutathion zu regenerieren, unter Stress steigt die Oxidation

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei Stress und Überarbeitung, vor allem wenn man auch verzagt und deprimiert oder ärgerlich ist

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Verbessert den Schlafrhythmus und entstresst (Gegenspieler des Stresshormons Adrenalin), natürliches Beruhigungsmittel, "entschleunigt" Herz- und Schilddrüsenentätigkeit, sorgt für guten Schlaf. Einnahme nur bis Mittag, da Omega-3-Fettsäuren Energie spenden

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Adaptogen, hilft bei der Stressanpassung, regeneriert Nierenenergie, reguliert die Ausschüttung von Adrenalin, ausgleichend, für klare ruhige Sicht der Dinge

Rhodiola Mix + Cordyceps + Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Erleichtert die Anpassung an Stress, Rhodiola wirkt antidepressiv und durch Anregung der Botenstoffe mental leistungssteigernd, Cordyceps wirkt physisch leistungssteigernd und verkürzt die Regenerationszeit nach Anstrengung, Jiaogulan wirkt verjüngend und ausgleichend auf Nerven und Blutdruck

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Reduziert Stress, baut DHEA wieder auf, bei Nervosität

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2-3x1 TL in Wasser

Wirkung: Als Citrat besonders gut aufnehmbar, bei Stress übersäuert der Körper massiv, verbraucht noch mehr basische Mineralstoffe wie Kalzium und Magnesium. Magnesium ist ein Cofaktor der Natrium-Kalium-Pumpe, welche wichtig für die Polarisation der Nervenzellmembranen ist, die ohne Magnesium nicht funktioniert.

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Bei Stress übersäuert der Körper massiv, verbraucht noch mehr basische Mineralstoffe wie Kalzium und Magnesium. Magnesium ist ein Co-Faktor der Natrium-Kalium-Pumpe, die für die Polarisation der Nervenzellmembranen wichtig ist

Weihrauch Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Weihrauch entstresst und entspannt. Selbst bei psychischen Leiden wie Depressionen und Angststörungen wirkt Weihrauch beruhigend und wohltuend

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Moringa zählt zu den Adaptogenen, also zu Pflanzen, welche die Stressanpassung erleichtern. Moringa unterstützt Gelassenheit und reguliert den Blutdruck

Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Reduziert Cortisol

Taubheit der Arme, Beine

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps, akut 3 Kps

Wirkung: Lähmungen, Kribbeln, Taubheit der Arme und Beine und gestörte Bewegungsabläufe können mit Vitamin-B Mangel zusammenhängen

Tennisellbogen

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Natürliche Schwefelverbindung mit vielen positiven Wirkungen, durch Studien belegte entzündungshemmende und schmerzstillende Wirkung

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2-6 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Entzündungshemmend

Thrombose siehe Gefäßerkrankungen

Tinnitus

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Auricularia Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Erweitert Gefäße, verbessert Blutfluss, wodurch sogar vorgeschädigte und verengte Adern besser durchblutet werden und wieder an Elastizität gewinnen.

Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Fördert die Durchblutung des Innenohrs, wirkt adaptogen bei Stress, wirkt nach TCM auf die Nieren, die mit den Ohren in Verbindung stehen (bei tiefem Pfeifton)

Reishi Vitalpilz Plv oder Kps

Tagesdosierung: 1 TL Plv in Kaffee oder 3x2 Kps

Wirkung: Fördert die Durchblutung, bei Leberbeteiligung laut TCM (hoher Pfeifton)

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2-4 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Krillöl enthält besonders gut bioverfügbare Omega 3 Fettsäuren aus Phospholipiden, die der Thrombozytenaggregation entgegenwirken, dadurch ist weniger Druck nötig, um das Blut durch die Blutbahnen zu bewegen und die Durchblutung verbessert sich

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Fördert die Durchblutung

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Gefäßschützende Wirkung, fördert Mikrozirkulation

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Unterstützt bei allen Herz-, Kreislauf-Risikofaktoren

Rhodiola rosea Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Bei Stress und Tinnitus

Trigeminusneuralgie siehe Nervenleiden

Triglyceride erhöht

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn reinigt das Blut und verbessert die Blutwerte wie Cholesterin und Triglyceride. Verantwortlich sind verschiedene Terpene, Pflanzensterole und Polysaccharide

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Senkt Cholesterin und Triglyceride, Vitamin D - Mangel fördert Bluthochdruck und Herzschwäche, eine gute Versorgung senkt das Herzinfarkt- und Schlaganfallrisiko

Reishi, Cordyceps, Agaricus, Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Vitalpilze senken Triglyceride und fördern die Leber

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3 bis 6 Kps

Wirkung: Fördert Gallenfluss durch Bitterstoffe, reinigt die Leber, bei Pilzbelastungen, Fehlbesiedelungen und Entzündungen des Darmes, senkt Cholesterin und Triglyceride, pflegt Gefäße aufgrund durch Bioflavonoide

Jiaogulan Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Senkt Cholesterin, Blutzucker und Triglyceride

Trockener Mund (Morbus Sicca)

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL

Wirkung: Silizium ist nicht nur ein wichtiges Spurenelement für Haut, Haare und Nägel, sondern hängt auch eng mit dem Wasserhaushalt zusammen

Übergewicht

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel und Chrom helfen beim Abnehmen, Buntnessel verbessert nachweislich den Body Mass Index, reduziert den Fettanteil, das enthaltene Curcuma hilft der Leber bei der Entgiftung, Buntnessel ist aber auch ein Phytohormon, gleicht Hormone aus, die bei Fettdepots eine Rolle spielen können

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Beruhigt die Magennerven und reduziert so den Hunger

Aminosäuren I und III Kps

Tagesdosierung: je 2x4 Kps

Wirkung: Kombiniert man beide Mischungen, erhält man alle Aminosäuren, die beim Abnehmen wichtig sind

Reishi, Cordyceps, Agaricus, Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps oder auch mehr

Wirkung: Bei Langzeiteinnahme von Vitalpilzen ist Gewichtsabnahme als Begleiterscheinung möglich, Reishi regt Stoffwechsel an und reguliert Blutzucker, hemmt Hungergefühl, Cordyceps erhöht Grundumsatz und Hericium sorgt für einen gesunden Stoffwechsel

Mate Tee

Tagesdosierung: 1 EL auf 1/2 l

Wirkung: Traditionell gegen Übergewicht, reduziert das Hungergefühl, versorgt mit Mineralstoffen und Antioxidantien

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 2x3 Kps

Wirkung: Verdauungsfördernd durch Bitterstoffe, regt Fettverbrennung an, dämpft Hungergefühl

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 EL auf 1 l, halbe Stunde kochen oder selbst Extrakt machen, siehe Infoblatt

Wirkung: Papaya-Enzyme sind wirksame „Fettverbrenner“. Überschüssige Fette in den Fettdepots werden aus den Speicherzellen herausgelöst und können in der Leber abgebaut werden

Traubenkernextrakt + Coenzym Q10 Kps

Tagesdosierung: 2x1 bis 3x1 Kps

Wirkung: Abgesehen von der appetitzügelnden Wirkung vermindert Traubenkernextrakt die Fettaufnahme aus der Nahrung

Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Anabole Wirkung, erleichtert Fettabbau

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2 Kps

Wirkung: Einige B-Vitamine sind fürs Abnehmen unverzichtbar wie etwa B6, B2 und B3. Fettabbau, Sättigung und Balance des Blutzuckerspiegels hängen damit zusammen

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Um von fettabbauenden Systemen erkannt und bearbeitet zu werden, dürfen Fettsäuren nicht oxidiert sein. Weit besser noch als Vitamin E ist Krillöl als Radikalfänger geeignet,

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2 TL in Wasser

Wirkung: Magnesium ist für Energiegewinnung und Fettabbau unerlässlich, weil es an allen Stoffwechselfunktionen, bei denen Energie verbraucht wird, sowie bei der Bildung von Fettabbau steuernden Signalen beteiligt ist. Es enthält auch Vitamin C und sättigende Ballaststoffe, ist reich an Antioxidantien. Chrom reguliert und stabilisiert den Blutzuckerspiegel. So wird weniger Insulin ausgeschüttet und weniger Fett gebildet.

Moringa Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Moringa enthält s.g. Senfölglycoside. Sie regen die Verdauung an, hemmen den Appetit, sorgen für ein besseres Sättigungsgefühl und erleichtern das Abnehmen

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Vitamin C-Spiegel Übergewichtiger sind oft deutlich niedriger als anderer Personen. Um das Schilddrüsenhormon und Noradrenalin freizusetzen, wird Vitamin C benötigt. Auch Nerven und die Carnitinbildung benötigen Vitamin C. Zink ist am Bau vieler Hormone beteiligt. Zinkmangel kann zur vermehrten Insulinausschüttung und Neigung zu Fettpolstern zusammenhängen. Zink reguliert auch den Appetit.

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener EL in Wasser oder Saft

Wirkung: Ballaststoffe dämpfen das Hungergefühl, lösen Sättigung aus, Kohlenhydrate werden langsamer verwertet, Insulinspiegel bleibt konstanter, damit weniger Appetit

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 EL und mehr, morgens

Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, mit zusätzlich natürlichem Vitamin C, Kalium (entwässernd), Kalzium und Magnesium, entsäuert, Ballaststoffe dämpfen das Hungergefühl, lösen Sättigung aus, Kohlenhydrate werden langsamer verwertet, Insulinspiegel bleibt konstanter, damit weniger Appetit, enthält etwas natürliche Fruktose, daher nicht empfohlen bei Fruktoseunverträglichkeit

Bittermelone + Banabablatt + Chrom Kps

Tagesdosierung: 1x1 bis 2x1 Kps

Wirkung: Reguliert den Blutzucker, der für Heißhunger verantwortlich ist, Bittermelone reduziert langfristig Bauchfett (vizerales Fett)

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Für hormonelle Balance, die bei Übergewicht und Fettdepots an bestimmten Stellen aus dem Gleichgewicht geraten ist, Fett an Bauch, Oberschenkeln, Po hängt mit Disharmonie von Geschlechtshormonen zusammen, die mit Maca ausgeglichen werden, schenkt Energie

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Magnesium ist für Energiegewinnung und Fettabbau unerlässlich, weil es an allen Stoffwechselfunktionen, bei denen Energie verbraucht wird, sowie bei der Bildung von Fettabbau steuernden Signalen beteiligt ist.

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Curcumin regt die Produktion von braunem Fettgewebe (dem 'guten' Fett) an.

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Für hormonelle Balance, die bei Übergewicht und Fettdepots an bestimmten Stellen aus dem Gleichgewicht geraten ist, Fett an Bauch, Oberschenkeln, Po hängt mit Disharmonie von Geschlechtshormonen zusammen, die mit Yams ausgeglichen werden, schenkt Energie

Unfruchtbarkeit siehe auch Hormonschwankungen, Hormonersatz, Hormonmangel

Cordyceps Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Verbessert die Samenqualität, verbessert das Nieren-Qi der Frau

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Bekanntestes Naturmittel mit potenzfördernder Wirkung, steigert auch die Libido, gleicht hormonelle Ungleichgewichte bei Mann und Frau aus, klassisches Stärkungsmittel, verbessert Samenqualität und die Beweglichkeit der Spermien. Dieselbe Wirkung hat auch die Aminosäure L-Arginin, die zusätzlich auch für die Erektion von zentraler Bedeutung ist

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2-3 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Neben vielen anderen Wirkungen auch hormonell unterstützend, fruchtbarkeitsfördernd vor allem dank Astaxanthin, bei PCOS liegt häufig Vitamin D-Mangel vor

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung 2 Kps

Wirkung: Mangel an Vitamin-B9 und B12 kann zu Unfruchtbarkeit bei Mann und Frau führen

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1-3 Kps

Wirkung: Zinkmangel verschlechtert die Samenqualität. Zink kann das fruchtbarkeitsmindernde Schwermetall Cadmium neutralisieren, trägt zur Fruchtbarkeit und Fortpflanzung bei

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Wichtig bei Kinderwunsch

Untergewicht

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Appetitanregend, sogar bei Krebs nimmt man damit zu

Venenprobleme

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 2x3 Kps

Wirkung: Enthält hohen Anteil an Bioflavonoiden, etwa Hesperidin, das die Venen unterstützt

Reishi Vitalpilz Plv oder Kps

Tagesdosierung: 1 Tl Plv in Kaffee oder 3x2 Kps

Wirkung: Verbessert Wundheilung und reduziert Infektionsgefahr

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2-3 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)

Wirkung: Gegen Thrombose, verbessert Blutfluss, schützt Gefäße

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 Tl bis zu 2x1 El

Wirkung: Spurenelement zur Stärkung der Gefäße

Aminosäuren III Kps

Tagesdosierung: 2x4 Kps

Wirkung: Aminosäure L-Carnitin unterstützt die Venen

Verdauungsprobleme (siehe auch Gallenschwäche)

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen

Wirkung: Tulsi stärkt den Magen und hilft bei Verdauungsstörungen, Blähungen, Krämpfen, Sodbrennen, Verstopfung und Übelkeit

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Fördert Eiweiß- und Fettverdauung, bei Enzymschwäche (Blähbauch) und Unverträglichkeiten

Yucca + Brokkoli Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps

Wirkung: Löst Darmschlacken, reguliert die Darmtätigkeit, fördert die Verdauung, entgiftet und entschlackt, kein Gewöhnungseffekt

Lactobac Darmbakterien Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps

Wirkung: Bei Darmdysbiosen, gegen Bakterien, Viren, Pilze, fördern die Verdauung, etwa durch Produktion von Verdauungsenzymen (Lipasen, Proteasen, Laktase), besonders wichtig nach Antibiotika-Einnahme

Akazienfaser Plv

Tagesdosierung: 3x1 gestrichener El in Wasser oder Saft

Wirkung: Ballaststoffe fördern die Darmtätigkeit

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2 El und mehr

Wirkung: Hervorragender Ballaststoff, mit Studien belegte Wirkung: reguliert und verbessert die Darmtätigkeit, wirkt präbiotisch, bei Reizdarm, Verstopfung und Durchfall

Mate Tee

Tagesdosierung: 1/2 El auf 1 l Wasser

Wirkung: Geniale Wirkung gegen Verstopfung und Verdauungsprobleme

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Alle Vitalpilze helfen bei Verdauungsschwäche, Reishi hilft v.a. der Leber, Hericium Magen und Darm, Coriolus der Milz/Pankreasenergie

Auricularia Vitalpilz

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Bei Verstopfung durch Trockenheit, befeuchtet und stärkt die Schleimhäute

Achtung: Wirkt blutverdünnend - nicht zusammen mit blutverdünnenden Medikamenten verwenden

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bitterstoffe fördern den Gallenfluss und damit die Fettverdauung, hilfreich bei Aufstoßen, Sodbrennen und Verstopfung

Curcuma Kps

Tagesdosierung: 2x3 Kps

Wirkung: Fördert den Gallenfluss - Völlegefühl, Blähungen und Verdauungsschwäche können auf zu schwachen Gallenfluss zurückzuführen sein

Buntnessel Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Buntnessel fördert Magensäure und Bauchspeicheldrüsen-Enzyme, lindert Verdauungsstörungen, Koliken, wirkt abführend, harntreibend, bei Magenschmerzen, Aufgeblätheit - Achtung, wirkt bei manchen auch gegenteilig

Sternanis Kps

Tagesdosierung: 1x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei Blähungen und Koliken

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Bei Pilzbelastungen des Darmes, Bitterstoffe regen die Verdauung an und wirken entzündungs-hemmend

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 EL in Wasser

Wirkung: Wichtiges Spurenelement auch für den Darm

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2 TL in Wasser

Wirkung: Mikronisierte Kalzium- und Magnesiumcitrate, die besonders leicht aufnehmbar sind. Magnesium wirkt sich günstig bei Verstopfung aus. Citrate wirken erst im Stoffwechsel basisch, beeinträchtigen daher die Magensäure und die Verdauung (Mineralstofflösung) nicht. Akazienfaser fördert die Mineralstoffverwertung, Laktobazillen fördern die Darmflora, Aronia wirkt antioxidativ

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Magnesium wirkt sich günstig bei Verstopfung aus. Nicht bei zu wenig Magensäure

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Fördert den Fluss von Gallensaft und trägt damit zur Durchspülung und Reinigung der Leber bei, es unterstützt die Leber außerdem beim Fettstoffwechsel.

Ingwer Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Ingwer ist aufgrund seiner Ginerole hilfreich bei jeglichen Verdauungsproblemen Er wärmt den Verdauungstrakt, kurbelt Gallenfluss und Fettstoffwechsel an, fördert die Darmperistaltik und sorgt für mehr Magensäure. Er hilft bei Krämpfen und Blähungen

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Löwenzahn regt aufgrund seiner Bitterstoffe die Magensäfte an und wird hauptsächlich bei Verdauungsbeschwerden eingesetzt. Darüber hinaus entsäuert Löwenzahn effizient

Gerstengras Kps

Tagesdosierung: 15 Kps

Wirkung: Gerstengras liefert einen hohen Gehalt an Ballaststoffen, welche sehr gut verträglich sind und sich harmonisierend auf die Verdauungstätigkeit auswirken. Gerstengras ist daher bei Blähungen und Verstopfung, aber auch bei Durchfällen sehr günstig. Durch Gerstengras sinkt das Darmkrebsrisiko

Vergesslichkeit siehe Konzentrationsschwäche

Verstopfung siehe Verdauungsprobleme

Virale Infektion

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps

Wirkung: Wirkt effektiv antibiotisch gegen jeden Erreger, da es das Blut mit Sauerstoff anreichert, wodurch Erreger abgetötet werden

Coriolus Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 4x2 Kps

Wirkung: Antiviral, Coriolus wirkt insbesondere bei HIV, Herpes, Zytomegalie, bei grippalen Infekten, Grippe und Infekten der oberen Atemwege, schleim- und feuchtigkeitsausleitend bei Milzschwäche aus Sicht der TCM

Sternanis Kps

Tagesdosierung: vorbeugend 2x1 Kps, begleitend bis zu 5x3 Kps

Wirkung: Die Vermehrung der Viren wird verhindert, da sich das Virus nicht von der Wirtszelle lösen kann, bei allen viralen Erkrankungen wie grippaler Infekt, Grippe, Herpes labialis, Herpes zoster und allen anderen

Reishi oder Cordyceps oder Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 4x2 Kps

Wirkung: Antiviral bei jeder Virusinfektion, auch bei schweren Erkrankungen wie etwa HIV, Malaria, Dengue, Gelbfieber etc., Cordyceps wirkt auch vorbeugend gegen virale Erkrankungen

Aronia Tee oder Kps

Tagesdosierung: 3-6 Tassen Tee oder 2x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Antiviral, auch bei Kinderkrankheiten

Baobab Plv

Tagesdosierung: 2x1 El in Wasser, Saft oder Smoothie, auch öfter
Wirkung: Antiviral, antibakteriell, entzündungshemmend, schmerzstillend, fiebersenkend

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser
Wirkung: Silizium wirkt entzündungshemmend und aktiviert das Immunsystem

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps oder akut 2 Kps alle 2 Stunden
Wirkung: Sehr wirksam gegen Viren, Bakterien, Pilze

Vitiligo

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Silizium flüssig

Tagesdosierung: 3x1 TL bis zu 2x1 El in Wasser
Wirkung: Silizium ist ein wichtiges Spurenelement für Haut, Haare und Nägel

Krillöl premium + Astaxanthin Kps (wahlweise + Vit D3+Vit K2)

Tagesdosierung: 2 Kps (Tagesdosierung Krillöl premium + Vitamin D: 1 Kps oder mehr)
Wirkung: Omega-3-Fettsäuren und Astaxanthin unterstützen die Re-Pigmentierung der Haut

Wachstumsschmerzen bei Kindern

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-3 Kps
Wirkung: Häufiger Hintergrund ist Vitamin D-Mangel

Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Knochenstärkend

Wechseljahresbeschwerden

(in Frage kommende Mittel, ideal: energetisches Austesten)

Rotklee + Yams + Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Pflanzenhormone gleichen Beschwerden wie Hitzewallungen, Nervosität, Reizbarkeit aus, verbessern Hautbild, wirken Knochenschwund entgegen, Cissus beschleunigt Knochenheilung und wirkt positiv auf den postmenopausalen Knochenstoffwechsel (Studien zeigen Verbesserung der Knochendichte)

Yams Kps

Tagesdosierung: 2x1 Kps
Wirkung: Phytohormonelle Wirkung, lindert alle Symptome des Wechsels, vor allem bei Progesteronmangel

Maca + L-Arginin + L-Lysin Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Gleicht hormonelle Ungleichgewichte aus, klassisches Hormonersatzmittel aus der Natur

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1-2 Kps
Wirkung: Phytohormonelle Wirkung, bei Östrogenmangel

Reishi, Cordyceps, Agaricus, Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps
Wirkung: Hormonell ausgleichende Wirkung, gut bei Nachtschweiß, Hericium und Cordyceps wirken ausgleichend auf die Psyche, Hericium wirkt positiv auf Schleimhautveränderungen der Scheide und Blase

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Ausgleichende Wirkung

Curcumin Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps
Wirkung: Curcumin hilft, den Hormonhaushalt zu regulieren, außerdem wirkt es dem strukturellen Umbau von Blutgefäßen entgegen, was wiederum bei klimakterisch bedingtem Bluthochdruck förderlich ist, dazu wirkt Curcumin auch antispastisch

Baobaböl

Tagesdosierung: In eine Spritze füllen und zum Schlafen anwenden
Wirkung: Baobaböl hilft bei Scheidentrockenheit im Wechsel und wirkt auch langfristig nicht austrocknend

Löwenzahn Kps

Tagesdosierung: Löwenzahnwurzel 3x1 Kps, Löwenzahnblatt 3x2 bis 3x3 Kps
Wirkung: Löwenzahn hilft bei Wasseransammlungen durch sanfte Entwässerung durch hohen Kaliumgehalt

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Tulsi hilft bei übermäßigem Schwitzen

Wundheilung

Reishi Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps
Wirkung: Verbessert Wundheilung und reduziert Infektionsgefahr

Vitamin-B Komplex aus Quinoa Kps

Tagesdosierung: 2 Kps
Wirkung: Ein Mangel äußert sich auch in schlechter Wundheilung

Acerola + Zink Kps

Tagesdosierung: 1-3 Kps
Wirkung: Zinkmangel führt zu Wundheilungsstörung, kommt es durch die Einnahme zu keiner Besserung, kann eine Resorptionsstörung vorliegen, dann kolloidales Zinköl versuchen. Zink fördert den Wundverschluss durch Bildung von Fibrin, unterstützt die Neubildung von Eiweißen, die das Gewebe ersetzen.

Würmer

Artemisia annua Kps

Tagesdosierung: chronisch/vorbeugend 1x4 Kps, akut 2x8 Kps
Wirkung: Reichert das Blut mit Sauerstoff an und tötet somit die Würmer ab

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: 1-3 Tassen
Wirkung: Tulsi ist wurmtreibend

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: MSM, eine natürliche Schwefelverbindung, wirksam gegen diverse Parasiten

Papayablatttee

Tagesdosierung: 3 El auf 1 l, halbe Stunde kochen oder aufbrühen und 10 Minuten ziehen lassen

Wirkung: Hervorragend bei Würmern, verdaut Fremdeiweiß

Reishi, Cordyceps, Coriolus, Agaricus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps

Wirkung: Antiparasitäre Wirkung

Tausendguldenkraut Kps

Tagesdosierung: 3x1 Kps

Wirkung: Bei Wurmbefall

Zahnfleisch- und Zahnprobleme

Tulsi - Indisches Basilikum

Tagesdosierung: Tulsi- Spülungen

Wirkung: Tulsi ist ein phantastisches Zahnpflegemittel. Es löst Plaque, bessert Zahnfleischtaschen, hilft bei Zahnfleischentzündung und blutendes Zahnfleisch. Auch Mundgeruch kann mit Tulsi behandelt werden

Champignon mit natürlichem Vitamin D2 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1-5 Kps

Wirkung: Vitamin D regt die Bildung antimikrobieller Verbindungen an, die die Bakterien im Mundraum zurück drängen

Krillöl premium + Astaxanthin + Vitamin D3 + Vitamin K2 Kps

Tagesdosierung: 1 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend. Durch Vitamin D wird die Bildung antimikrobieller Verbindungen angeregt.

Reishi, Cordyceps, Agaricus, Coriolus oder Hericium Vitalpilz Kps

Tagesdosierung: 2x2 bis 3x2 Kps, akut auch noch öfter

Wirkung: Alle Vitalpilze wirken entzündungshemmend und antibakteriell

MSM Kps

Tagesdosierung: 3x1 bis 3x2 Kps

Wirkung: Entzündungshemmend

Granatapfel Kps

Tagesdosierung: 1 Kps, Kps öffnen, auf drei Tagesdosen verteilt mit etwas Wasser Mund spülen

Wirkung: Entzündungshemmend, antibakteriell, antioxidativ

Grapefruitkernextrakt Kps

Tagesdosierung: 3x2 Kps oder akut 2 Kps alle 2 Stunden

Wirkung: Enthält Bioflavonoide mit entzündungshemmender Wirkung

Baobaböl

Tagesdosierung: nach Belieben dünn auftragen

Wirkung: Baobaböl hilft bei schmerzhaften Zahnfleisch- und Mundschleimhautentzündungen sowie Aphten (nicht schlucken)

Micro Base (+Aronia) Basen Plv

Tagesdosierung: 2 Tl in Wasser

Wirkung: Mikronisierte Kalzium- und Magnesiumcitrate, die besonders leicht aufnehmbar sind. Magnesium wirkt sich günstig bei Verstopfung aus. Citrate wirken erst im Stoffwechsel basisch, beeinträchtigen daher die Magensäure und die Verdauung (Mineralstofflösung) nicht. Akazienfaser fördert die Mineralstoffverwertung, Laktobazillen fördern die Darmflora, Aronia wirkt antioxidativ

Sango Meeres Koralle Kps

Tagesdosierung: 3x2 bis 3x3 Kps

Wirkung: Das meiste Kalzium wird für den Kieferknochen benötigt, nicht bei zu wenig Magensäure

Cissus Kps

Tagesdosierung: 2x2 Kps

Wirkung: Knochenstärkend

Zyklusschwankungen siehe Regelbeschwerden

Zysten siehe Hormonschwankungen