GUGGUL + PLEUROTUS + THYMIAN

- Guggul wird auch indische Myrrhe genannt. Im Sanskrit bedeutet sein Name „Beschützer des Menschen vor Krankheiten“

WIRKUNGEN

- Guggul gleicht alle drei Doshas (vata, pitta, kapha) aus
- Kann mit verschiedenen weiteren Natursubstanzen gemischt werden, denen es eine schleimtrocknende, blutbewegende, entzündungshemmende, schmerzstillende, reinigende, antiseptische und entgiftende sowie stoffwechselanregende Wirkung hinzufügt

Transformation von Feuchtigkeit und Schleim

- Zusammen mit Pleurotus Vitalpilz und Thymian transformiert Guggul Feuchtigkeit und Schleim (TCM)
- In dieser Mischung kommt die blutbewegende, trocknende und gewebsreinigende Wirkung von Guggul stark zum Tragen
- Stärkt die Mitte und kann viele Beschwerden positiv beeinflussen wie schwaches Bindegewebe mit Cellulite, breiige Stühle, Blähungen, erhöhte Blutfette, Energiemangel, Infektanfälligkeit, Ödeme, Aufgedunsenheit – im Detail siehe ausführliches Guggul Infoblatt
- Feuchtigkeit zeigt sich an geschwollener Zunge mit seitlichen Zahnabdrücken
- Schleim ist die Fortsetzung von Feuchtigkeit. Bei Schleim-Kälte: Zungenbelag oft dick weißlich oder schleimig. Kälte verhindert, dass Feuchtigkeit umgewandelt werden kann. Kälteempfindlichkeit, Verlangen nach Wärme, warmen Speisen und Getränken, wässriger, weißlicher Auswurf beim Husten, geruchsarme Körperausscheidungen, Durchfall, Übelkeit, Müdigkeit, Lethargie, Trägheit, Energielosigkeit, Schwellungen, schwere Glieder, Blähungen (geruchlos), Candida, weißer Ausfluss, Appetitlosigkeit, häufige Erkältungen
- Bei Schleim-Hitze (feuchte Hitze): Zunge ist rot und geschwollen, der Belag gelb und schleimig. Weitere Anzeichen sind: Hitzegefühl, Husten mit zähem, gelbem Auswurf, übelriechende Körperausscheidungen, Durchfall, rotes Gesicht, gelblicher Ausfluss, Blähungen (übelriechend), Mundgeruch, Gallensteine, Herpes, Abszesse, nässende Hautausschläge, Genitalpilze, Arteriosklerose, Hepatitis, Augeninfektionen, Netzhauterkrankungen
- Schleim zeigt sich in Ansammlungen wie verstopfte Nebenhöhlen (Sinusitis), Gallen- und Nierensteinen, Verkalkungen, Gerstenkorn, Fibromen, Lipomen, Myomen, Knoten, Krebs, Arteriosklerose

Entzündungen

- Im Ayurveda wird Guggul häufig bei Gelenkbeschwerden wie Rheuma, Arthrose, Arthritis, Knochenentzündung und Herzmuskelentzündung verwendet, weil es schon in kleinen Mengen schmerzlindernd und entzündungshemmend wirkt

Haut

- Bei (nodulozystischer) Akne konnte es Guggul in Vergleichsstudien sogar mit einem häufig dafür eingesetzten Antibiotikum aufnehmen
- Gegen Hautmykosen, Hautflechten, Abszesse, Furunkel, Ekzeme, Lipome aufgrund blutbewegender und schleimausleitender Wirkung

Stoffwechsel/Schilddrüse

- Bester Stoffwechselaktivator im Ayurveda
- Steigert die Jodaufnahme in der Schilddrüse, reguliert die Schilddrüse bei Unterfunktion
- Erhöht die Schilddrüsenaktivität und verbessert die Umwandlung des Schilddrüsenhormons T4 in das aktivere Hormon T3
- Erhöht die Fettverbrennung. Kann bei der Gewichtsreduktion helfen
- Knoten in der Schilddrüse

Verjüngung/Nervengewebe

- Guggul wirkt verjüngend und Gewebe regenerierend, vor allem auf das Nervengewebe

© Verein Netzwerk Gesundheit | Postfach 10 | 8382 Mogersdorf Nicht für kommerzielle Zwecke und nicht ohne Zustimmung veröffentlichen.

Entgiftung/Entschlackung

- Die reinigende Wirkung hilft bei hohem Cholesterinspiegel, Arteriosklerose, Zysten und Abszessen (führt man in der TCM auf Feuchtigkeit und Schleim zurück). Guggul hat „auskratzende" (reinigende) Eigenschaften (lekhana), auf das Gewebe, in der TCM blutbewegende Wirkung, wodurch „die Müllabfuhr überall hinkommt"

Haare

- Hilft oft bei Haarausfall und Juckreiz der Kopfhaut durch blutbewegende und reinigende Wirkung

Frauenheilkunde

- Bei Myomen
- Menstruation: Blutbewegend und daher günstig bei ausbleibender Regel, nicht aber bei sehr starker Regelblutung

Herz, Kreislauf, Gefäße

- Guggul hat massiv positive Auswirkungen überall da, wo der Blutfluss – und damit auch der parallel verlaufende Qi-Fluss – behindert oder nicht ideal ist
- Verbessert das Fließverhalten des Blutes und die Durchblutung
- Unterstützt gegen Atherosklerose, die nach Ansicht der TCM durch Feuchtigkeit und Schleim entsteht. Feuchtigkeit verursacht erhöhte Blutfettwerte und erhöhten Blutdruck. Entsteht aus Feuchtigkeit Schleim, kommt es zu Gefäßablagerungen
- Bei Herzmuskelentzündung

Verdauung

- Schwache Verdauung, Blähungen, breiige Stühle, Durchfälle (geruchlos: Schleim-Kälte, übelriechend: Schleim-Hitze („Feuchte Hitze")

Extremitäten

- Kribbeln, Lähmungen, Taubheitsgefühl, Wasseransammlungen

Lunge

- Asthma, Atemnot, wiederkehrende Bronchitis

Psyche/Gehirn

- Feuchtigkeit zeigt sich durch Grübeln und sich Sorgen und wird dadurch gleichzeitig verschlimmert
- Schlechte Stimmung, Schwindel, Ohrensausen, geistige Vernebelung, Konzentrationsschwäche, dumpfer Kopfschmerz, Müdigkeit, Unruhe und Rastlosigkeit

Krebs

- Laut TCM trägt Schleim mit seinen Toxinen zu Krebsentstehung bei

Bewegungsapparat

- Bei Arthritis, Arthrose, Hexenschuss, Glieder- und Sehnenstarre, Anspannung in der Muskulatur und in der Lendenwirbelsäule

ZU BEACHTEN

- Bereits nach nur zwei Tagen sieht man Veränderungen über die Zungendiagnose. Man spürt alte Problemstellen, die Durchblutung ist verbessert, Entzündungsherde werden angegangen. Ein leichtes Wärmegefühl und große geistige Klarheit stellen sich ein. Die Schleimausleitung erreicht schnell tiefe Schichten
- Die Mischung ist für den kurmäßigen Einsatz bestimmt, weniger für eine dauerhafte Anwendung. Werden größere Entzündungsherde vermutet, geht man es lieber langsam an, beginnt mit 2x1 oder 2x2 Kapseln und steigert langsam auf 3x2. Ist das nicht der Fall und man will nur einfach einmal Schleim ausleiten, ohne dass man größere Probleme hat, dann kann man auch gleich mit 3x2 Kapseln beginnen und weitere zwei Tage lang auch nur 2x2 oder 2x1 Kapsel dosieren. Da Thymian sehr stark trocknet, kann man bei Trockenheitszuständen Aloe vera oder den Auricularia Vitalpilz dazu nehmen.
- Nicht geeignet ist die Mischung bei Einnahme von Blutverdünnern und bei starker Regelblutung
- Schwangerschaft/Stillzeit: Nicht geeignet

© Verein Netzwerk Gesundheit | Postfach 10 | 8382 Mogersdorf Nicht für kommerzielle Zwecke und nicht ohne Zustimmung veröffentlichen.