

Heilsame Pflanzenrezepturen gestern und heute

Mistel-Gemmomazerat

Die **Gemmotherapie** ist eine bei uns relativ unbekannt Form der Pflanzenheilkunde. Erst 2011 wurde das Herstellungsverfahren in das europäische Arzneibuch aufgenommen. Verwendet werden vor allem Auszüge aus Knospen und Trieben (Gemma bedeutet lateinisch „Knospe“). Diese bestehen aus embryonalem Gewebe und vereinen das geballte Leben der gesamten Pflanze in sich.

Die Gemmotherapie nutzt diese Lebens- und Wachstumskräfte zur Regeneration und Heilung des Menschen. Als Auszugsmittel wird eine Mischung aus Glycerin, Quellwasser und Alkohol (80ig) zu gleichen Teilen verwendet.

Die Mistel ist eine besondere Pflanze, die erst in den Wintermonaten, wenn die Bäume kahl sind, richtig sichtbar wird und auch in dieser Zeit blüht. Ab dem 7. Jahr entwickelt sie ihre Kugelform. Sie kann auch vielen verschiedenen Baumarten wachsen und nimmt auch immer etwas von der Heilkraft des entsprechenden Wirtsbaumes in sich auf. Dies spielt u.a. bei der Auswahl der richtigen Mistel in der Krebstherapie eine wichtige Rolle.

Für die Druiden war die Mistel eine wichtige magische Pflanze, die mit einer goldenen Sichel geerntet wurde und nicht zu Boden fallen durfte, da sie sonst ihre Heilkraft verlieren würde.

Zur Zeit der Wintersonnenwende und als Weihnachtsschmuck wird sie auch heute noch gerne an die Haustüren gehängt, um das Haus vor Schaden zu bewahren. Wer sich unter Misteln küsst, soll ein glückliches Liebespaar werden.

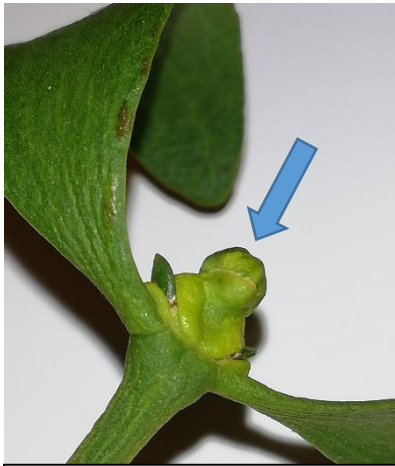
In der modernen Pflanzenheilkunde wird die Mistel vor allem gegen Bluthochdruck und gegen Krebs eingesetzt. Doch sie birgt noch viel mehr Heilkräfte in sich. Hier ein Auszug der Indikationen aus dem Buch „GEMMOTHERAPIE – Knospen in der Naturheilkunde“ von Chrischta Ganz und Louis Hutter, S. 142:

- ✓ krampflösend und beruhigend
- ✓ antirheumatisch
- ✓ stärkt das Immunsystem
- ✓ dient dem Well-Aging
- ✓ Krebsprophylaxe
- ✓ stärkt den Herzmuskel
- ✓ reguliert erhöhte Blutfettwerte
- ✓ Wechseljahrsbeschwerden

Die Triebe der Mistel können jetzt noch geerntet und in einem Gemmomazerat verarbeitet werden. Auch die Herstellung einer Tinktur (Auszug in Alkohol) möglich.

Herstellung eines Gemmomazerats mit Mistel

Zutaten für ca. 50 ml-Gläser:



Misteltrieb, Foto: Gertrude Kozam

1 Teil 98% iger Alkohol (am besten Bioqualität)

1 Teil Bio Glyzerin 99% ig, pflanzlich

1 Teil Quellwasser

Embryonales Pflanzenmaterial [Wecken Sie das Interesse Ihrer Leser mit einem passenden Zitat aus dem Dokument, oder verwenden Sie diesen Platz, um eine Kernaussage zu betonen. Um das Textfeld an einer beliebigen Stelle auf der Seite zu platzieren, ziehen Sie es einfach.]

(bodenbedeckt):

Das Pflanzenmaterial (der Pfeil auf dem Foto links zeigt des Trieb, der Keramikmesser) und locker in ein Braunglas einfüllen. Alkohol, Glyzerin und Wasser mischen und gut vermischen. Das Glas damit randvoll machen, gut verschließen und beschriften. 4 Wochen ausziehen lassen, dabei täglich einmal schwenken. Nun das Pflanzenmaterial abseihen und das fertige Mazerat dunkel lagern (Haltbarkeit: mindestens 3 Jahre).

Anwendung

Das Gemmomazerat kann nun ohne Verdünnung bzw. Potenzierung verwendet werden. Es bietet sich aber auch die Herstellung einer D1 an: hierzu verdünnt man einen Teil des Mazerats mit 9 Teilen der o.a. Mischung aus Alkohol, Glyzerin und Wasser und verschüttelt diese 30 x leicht.

Dosierung

Bei der D1 empfehle ich eine Flasche mit Sprühaufsatz. Durch die Zerstäubung ist eine 10fache Dosisreduktion im Vergleich zu Verabreichung in Tropfenform möglich, da so eine optimale Aufnahme durch die Schleimhäute gewährleistet ist.

- ✓ In der Regel werden 2 - 3x täglich 1 bis 3 Sprühstöße verabreicht (akut: alle 30 Minuten 1 - 2 Sprühstöße)
- ✓ Bevorzugt man die Verabreichung in Tropfenform, so können z.B. 3 x 20 - 50 Tropfen täglich eingenommen werden.

Konzentrierte (also nicht auf D1 gebrachte) Mazerate:

- ✓ z.B. 3 x täglich 3 - 7 Tropfen in etwas Wasser
- ✓ oder 2 x täglich 5 - 15 Tropfen
- ✓ oder 2 - 3 x täglich 1 - 2 Sprühstöße (akut alle 60-90 Min. 1 Sprühstoß)

Dosierung bei Kindern

Hier eignen sich besonders die D1-Mazerate

- ✓ unter 6 Jahren: 2 x 1 Sprühstoß (akut stündlich 1, nicht mehr als 10/Tag)
- ✓ 6 -12 Jahre: 3 x 1 Sprühstoß (akut stündlich 1, nicht mehr als 12/Tag)

