

Kräutermedizin von A Strande Naturopath

Kräutermedizin bezieht sich auf die Verwendung von Samen, Beeren, Wurzeln, Blättern, Rinde oder Blüten einer Pflanze für medizinische Zwecke. Kräuterkunde hat eine lange Tradition in der Anwendung außerhalb der Schulmedizin. Es wird immer mehr zum Mainstream, da Verbesserungen in der Analyse und Qualitätskontrolle zusammen mit Fortschritten in der klinischen Forschung den Wert der Kräutermedizin bei der Behandlung und Vorbeugung von Krankheiten zeigen, die nicht durch Medikamente behandelt werden können. Indigene Kulturen verwendeten Kräuter in ihren Heilritualen, während andere ein traditionelles medizinisches System entwickelten, in dem Kräutertherapien verwendet wurden. Forscher fanden heraus, dass Menschen in verschiedenen Teilen der Welt dazu neigen, …



Kräutermedizin bezieht sich auf die Verwendung von Samen, Beeren, Wurzeln, Blättern, Rinde oder Blüten einer Pflanze für

medizinische Zwecke. Kräuterkunde hat eine lange Tradition in der Anwendung außerhalb der Schulmedizin. Es wird immer mehr zum Mainstream, da Verbesserungen in der Analyse und Qualitätskontrolle zusammen mit Fortschritten in der klinischen Forschung den Wert der Kräutermedizin bei der Behandlung und Vorbeugung von Krankheiten zeigen, die nicht durch Medikamente behandelt werden können.

Indigene Kulturen verwendeten Kräuter in ihren Heilritualen, während andere ein traditionelles medizinisches System entwickelten, in dem Kräutertherapien verwendet wurden. Forscher fanden heraus, dass Menschen in verschiedenen Teilen der Welt dazu neigen, dieselben oder ähnliche Pflanzen für denselben Zweck zu verwenden.

Im frühen 19. Jahrhundert, als die chemische Analyse zum ersten Mal verfügbar wurde, begannen Wissenschaftler, die Wirkstoffe aus Pflanzen zu extrahieren und zu modifizieren. Später begannen Chemiker, ihre eigene Version von Pflanzenstoffen herzustellen, und im Laufe der Zeit ging die Verwendung von pflanzlichen Arzneimitteln zugunsten von Arzneimitteln zurück.

Kürzlich schätzte die Weltgesundheitsorganisation, dass 80 % der Menschen weltweit für einen Teil ihrer primären Gesundheitsversorgung auf pflanzliche Arzneimittel angewiesen sind. In Deutschland sind etwa 600-700 pflanzliche Arzneimittel erhältlich, die von etwa 70 % der deutschen Ärzte verschrieben werden. In den letzten 20 Jahren hat die öffentliche Unzufriedenheit mit verschreibungspflichtigen Medikamenten in den Vereinigten Staaten in Verbindung mit dem Interesse an der Rückkehr zu natürlichen oder organischen Heilmitteln zu einer Zunahme der Verwendung von Kräutermedizin zur Vorbeugung und Heilung geführt.

In vielen Fällen sind sich Wissenschaftler nicht sicher, welcher spezifische Inhaltsstoff in einem bestimmten Kraut zur Behandlung eines Zustands oder einer Krankheit wirkt. Ganze

Kräuter enthalten viele Inhaltsstoffe, die zusammenwirken können, um eine positive Wirkung zu erzielen. Viele Faktoren bestimmen, wie effektiv und Kraut sein wird. Zum Beispiel wird die Art der Umgebung (Klima, Insekten, Bodenqualität), in der eine Pflanze gewachsen ist, sie beeinflussen, ebenso wie wie und wann sie geerntet und verarbeitet wurde. Kräutern wird nachgesagt, Systeme und Organe zu nähren und auszugleichen, die für Erholung sorgen. Bei der richtigen Dosierung kann ein ausgebildeter Heilpraktiker innerhalb von Minuten für eine Linderung eines Symptoms sorgen. Wenn Ihnen jemand sagt, dass Sie Jahre brauchen, um sich zu erholen, weil Sie es jahrelang hatten, glauben Sie kein Wort davon.

Die Verwendung von pflanzlichen Nahrungsergänzungsmitteln hat in den letzten 30 Jahren dramatisch zugenommen. Pflanzliche Nahrungsergänzungsmittel werden vom US-amerikanischen Gesetz über die Nahrungsergänzung für Gesundheit und Bildung von 1994 als Nahrungsergänzungsmittel eingestuft. Das bedeutet, dass pflanzliche Nahrungsergänzungsmittel im Gegensatz zu verschreibungspflichtigen Medikamenten verkauft werden können, ohne dass sie auf ihre Sicherheit und Wirksamkeit getestet werden müssen. Kräuterergänzungen müssen jedoch gemäß den Herstellungspraktiken hergestellt werden.

Kräuter werden zusammen verwendet, weil die Kombination effektiver ist und weniger Nebenwirkungen haben kann. Gesundheitsdienstleister müssen viele Faktoren berücksichtigen, wenn sie Kräuter empfehlen, einschließlich der Art und Sorte der Pflanze, des Lebensraums der Pflanze, wie sie gelagert und verarbeitet wurde und ob Verunreinigungen vorhanden sind oder nicht.

Kräutermedizin wird verwendet, um viele Erkrankungen zu behandeln, wie z. B. Autoimmunerkrankungen, virale und bakterielle Erkrankungen, Asthma, Ekzeme, PMS, Morbus Crohn, UC, IC, MS, ALS, RA, SLE, Migräne, Wechseljahrsbeschwerden, chronische Müdigkeit und Reizsyndrom , unter anderen.

Kräuterergänzungen werden am besten unter der Anleitung eines ausgebildeten Gesundheitsdienstleisters eingenommen. Konsultieren Sie unbedingt Ihren Heilpraktiker, bevor Sie Kräuter einnehmen. Die wirksamsten Kräuter kommen in flüssiger Form. Kräuterextrakt liefert Ergebnisse für Tage. Erfahrene Praktiker können Ergebnisse innerhalb von 2-3 Tagen zeigen.

Die in den meisten Geschäften erhältlichen Kräuter gibt es in verschiedenen Formen: Tees, Sirupe, Öle, flüssige Extrakte, Tinkturen und Trockenextrakte (Pillen oder Kapseln). Tees können aus getrockneten Kräutern hergestellt werden, die man einige Minuten in heißem Wasser einweichen lässt, oder indem man Kräuter in Wasser kocht und die Flüssigkeit dann abseiht. Sirupe, die aus konzentrierten Extrakten hergestellt und süß schmeckenden Zubereitungen zugesetzt werden, werden häufig bei Halsschmerzen und Husten verwendet. Öle werden aus Pflanzen gewonnen und oft als Einreibungen für Massagen verwendet, entweder allein oder als Teil einer Salbe oder Creme. Tinkturen und flüssige Extrakte werden aus pflanzlichen Wirkstoffen hergestellt, die in einer Flüssigkeit (normalerweise Wasser, Alkohol oder Glycerin) gelöst sind. Tinkturen haben typischerweise eine Konzentration von 1:5 oder 1:10, was bedeutet, dass ein Teil des Krauts mit fünf bis zehn Teilen (nach Gewicht) der Flüssigkeit zubereitet wird. Flüssigextrakte sind konzentrierter als Tinkturen und haben typischerweise eine 1:1-Konzentration. Die Extraktform ist die konzentrierteste Form eines Kräuterprodukts und wird als Tablette, Kapsel oder Lutschtablette verkauft.

Kräuterkundler, Chiropraktiker, Naturheilpraktiker, Apotheker, Ärzte und Praktiker der Traditionellen Chinesischen Medizin können alle Kräuter zur Behandlung von Krankheiten verwenden. Heilpraktiker glauben, dass der Körper ständig nach Gleichgewicht strebt und dass natürliche Therapien diesen Prozess unterstützen können. Sie werden in 4-jährigen Postgraduierteninstituten ausgebildet, die Kurse in konventioneller medizinischer Wissenschaft mit klinischer Ausbildung in Kräuterméizin, Homöopathie, Ernährung und

Lebensstilberatung kombinieren.

In einigen europäischen Ländern werden Kräuter im Gegensatz zu den USA als Arzneimittel eingestuft und reguliert. Die Deutsche Kommission E, ein medizinisches Expertengremium, erforscht aktiv ihre Sicherheit und Wirksamkeit.

Obwohl immer noch nicht allgemein akzeptiert, wird Kräutermedizin mehr an medizinischen Fakultäten und Pharmazieschulen gelehrt. Immer mehr Gesundheitsdienstleister lernen die positiven und potenziell negativen Auswirkungen der Verwendung pflanzlicher Arzneimittel zur Behandlung von Gesundheitsproblemen kennen. Einige Gesundheitsdienstleister, darunter Ärzte und Apotheker, sind in Kräutermedizin ausgebildet. Sie können Menschen dabei helfen, Behandlungspläne zu erstellen, die Kräuter, herkömmliche Medikamente und Änderungen des Lebensstils zur Förderung der Gesundheit verwenden.

Wenn Sie alles versucht haben und es Ihnen immer noch nicht gut geht, ist die Zukunft der Medizin da. Dr. Aleksander Strande, Heilpraktiker, behandelt Erwachsene und Kinder. Schwierige Bedingungen sind willkommen: Autoimmunschwäche, Viruserkrankungen, Angst- und Panikattacken, Depressionen, chronische Müdigkeit, chronische Schmerzen und Frauenkrankheiten. Sie sehen die Ergebnisse innerhalb weniger Tage.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki