

## **Basilikum - Das Reinigungsmittel für Ihre Lunge und kann bei der Bekämpfung von Viren und Infektionen helfen**

Basilikum und Ayurveda? Es ist eine natürliche Heilmethode aus Indien, die vor über 5.000 Jahren entstanden ist. Ayurveda ist Sanskrit für „die Wissenschaft vom Leben“, und es wird angenommen, dass die westliche Homöopathie von dieser Praxis abgeleitet ist. Ayurveda fördert die Präventivmedizin und die Verwendung natürlicher Substanzen, einschließlich Kräutern. Die Praktizierenden empfehlen heiliges Basilikum, auch bekannt als Tulsi. Es ist jedoch nicht nur heiliges Basilikum mit medizinischer Wirkung. Süßes Basilikum kann auch helfen, Ihren Körper zu heilen. Heiliger Basilikum In einem Interview mit Times Now News sprach Dr. Manoj Kutteri über Basilikum als das stärkste Kraut in der medizinischen Praxis &hellip;



Basilikum und Ayurveda? Es ist eine natürliche Heilmethode aus Indien, die vor über 5.000 Jahren entstanden ist. Ayurveda ist Sanskrit für „die Wissenschaft vom Leben“, und es wird

angenommen, dass die westliche Homöopathie von dieser Praxis abgeleitet ist. Ayurveda fördert die Präventivmedizin und die Verwendung natürlicher Substanzen, einschließlich Kräutern. Die Praktizierenden empfehlen heiliges Basilikum, auch bekannt als Tulsi. Es ist jedoch nicht nur heiliges Basilikum mit medizinischer Wirkung. Süßes Basilikum kann auch helfen, Ihren Körper zu heilen.

## **Heiliger Basilikum**

In einem Interview mit Times Now News sprach Dr. Manoj Kutteri über Basilikum als das stärkste Kraut in der medizinischen Praxis des Ayurveda.

Heiliges Basilikum hat Eigenschaften wie Antioxidantien, Antiseptika, Virostatika und Vitamin C. Dr. Kutteri ist der Wellness-Direktor des Atmantan Wellness Centers. „Bei Virusinfektionen wie Erkältung, Grippe usw. können medizinische Tulsi-Blätter eine perfekte Lösung sein, um Virusinfektionen zu bekämpfen, die Immunität zu erhöhen und sich von Infektionen zu erholen“, sagt er.

Darüber hinaus kann die Zubereitung eines medizinischen Basilikistees oder die Einnahme von Lebensmitteln mit Basilikum als Zutat als Immunverstärker und vorbeugende Maßnahme hilfreich sein.

Unsere Empfehlung: [\(Link entfernt\)](#)

## **Basilikum in der Lunge**

### **Basilikum**

Es ist nicht nur heiliges Basilikum. „Basilikum oder süßes Basilikum (*Ocimum basilicum*) wird in ganz Indien angebaut und ist für seinen medizinischen Wert bekannt“, heißt es in einer Zusammenfassung.

In einer im Dezember 2019 durchgeführten Studie wurden die Auswirkungen von Extrakten aus Basilikumblättern auf die Lunge von Ratten untersucht, um festzustellen, ob Basilikum zur Behandlung von Lungenerkrankungen verwendet werden kann. Ihre Ergebnisse zeigten, dass die „Auswirkungen von *O. basilicum* auf pathologische Veränderungen, immunologische und entzündliche Marker. . . legt das therapeutische Potenzial der Pflanze bei Asthma nahe. “

Unsere Empfehlung: (Link entfernt)

## **Heiliger Basilikum**

Laut Parmeet Kaur, leitender Ernährungsberater des Narayana Superspeciality Hospital, kann das tägliche Trinken von Tulsi-Tee einen trockenen Husten lindern. Die Lebensmittelabteilung von New Dehli TV berichtet, dass die „antiseptischen und analgetischen Eigenschaften“ von Tulsi dazu beitragen können, viele Probleme zu heilen, einschließlich trockenem Husten. . . allergische Bronchitis, Asthma und andere Lungenerkrankungen in kürzester Zeit. “ Darüber hinaus besitzt Tulsi „immunmodulatorische (zur Verbesserung der Immunität) und antitussive (lindert Husten) Eigenschaften, die die Atemwege entlasten. In der Tat hat es bestimmte Öle, die die Verstopfung beseitigen können.“

Unsere Empfehlung: (Link entfernt)

## **Bekämpfung von Viren und Infektionen**

Dr. Kutteris Kommentare zu den antiviralen Eigenschaften von Basilikumblättern loben sie, aber er erweitert sie. „Täglich ein frisches medizinisches Tulsi-Blatt kauen. . . Kampf durch Virusinfektionen “, schlägt er vor. Er sagt, dass Basilikum in all seinen Formen „dazu beitragen kann, Ihre Immunität zu stärken und etwas Erleichterung zu verschaffen“.

New Dehli TV sagt, dass „in der ayurvedischen Tradition [,] Heiliges Basilikum oder Tulsi Blätter häufig verwendet werden, um Desi-Zubereitungen zur Behandlung von mikrobiellen Infektionen und zur Stärkung der Immunität zuzubereiten.“

## **Zusätzliche Eigenschaften von Basilikum**

Süßes Basilikum „Blattextrakt war hochwirksam bei der Hemmung der durch Karzinogen induzierten Tumorzinzidenz in beiden Tumormodellen auf peri-initiatorischer Ebene“, so eine Studie über die Auswirkungen dieses Krauts auf Mäuse. Darüber hinaus bleibt Basilikumblattextrakt „mit Entgiftung verbunden“. Basilikum erweist sich als „sehr wirksam bei der Erhöhung der antioxidativen Enzymantwort“.

Parmeet Kaur sagt, dass Tulsi „Organe und Gewebe vor chemischem und physikalischem Stress schützen kann“. Darüber hinaus sagt er, es sei „reich an Nährstoffen wie Vitamin K.“

Unsere Empfehlung: (Link entfernt)

### **Quellen:**

- ayurveda.com
- timesnownews.com
- pubmed.ncbi.nlm.nih.gov
- pubmed.ncbi.nlm.nih.gov
- food.ndtv.com

Details

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**