



## 8 Wunderkräuter, die als sichere ayurvedische Zuckermedizin gelten

Das Wort Ayurveda leitet sich von einem Sanskrit-Wort ab, das „Wissen über Langlebigkeit“ bedeutet. Obwohl Ayurveda seine Wurzeln in Indien hat, hat es derzeit seine Flügel in Sri Lanka, Malaysia, Süd-Arica, Mauritius, Japan, Nordamerika usw. ausgebreitet. Das Ziel des Ayurveda ist es, die angeborene Harmonie eines Menschen wiederherzustellen. In erster Linie umfassen die Behandlungen des Ayurveda Diät, Meditation, Heilkräuter, Entgiftungsbehandlung usw. Was ist laut Ayurveda hoher Blutzucker? Laut Ayurveda wird hoher Blutzucker als Prameh bezeichnet. Wann immer irgendwelche Erkrankungen mit Nierenfunktionsstörungen oder abnormalen Veränderungen im Harnsystem zusammenhängen, sind sie unter Prameh enthalten. Es gibt insgesamt 20 Untertypen von Prameh im &hellip;



Das Wort Ayurveda leitet sich von einem Sanskrit-Wort ab, das „Wissen über Langlebigkeit“ bedeutet. Obwohl Ayurveda seine

Wurzeln in Indien hat, hat es derzeit seine Flügel in Sri Lanka, Malaysia, Süd-Africa, Mauritius, Japan, Nordamerika usw. ausgebreitet. Das Ziel des Ayurveda ist es, die angeborene Harmonie eines Menschen wiederherzustellen. In erster Linie umfassen die Behandlungen des Ayurveda Diät, Meditation, Heilkräuter, Entgiftungsbehandlung usw.

### **Was ist laut Ayurveda hoher Blutzucker?**

Laut Ayurveda wird hoher Blutzucker als Prameh bezeichnet. Wann immer irgendwelche Erkrankungen mit Nierenfunktionsstörungen oder abnormalen Veränderungen im Harnsystem zusammenhängen, sind sie unter Prameh enthalten. Es gibt insgesamt 20 Untertypen von Prameh im Ayurveda. 10 von ihnen sind als Kaphaj Prameh (ein Zustand mit Kapha Dosha) bekannt, 6 Untertypen sind als Pittaj Prameh (ein Zustand mit Pitta Dosha) bekannt und 4 Untertypen werden als Vataj Prameh (ein Zustand mit Vata Dosha) bezeichnet.

Das Kaphaj Prameh ist die am wenigsten komplizierte und vollständig heilbare Form des Prameh. Das Pittaj- und das Vataj-Prameh sind jeweils akuter als das Kaphaj-Prameh. Die komplizierteste und unheilbarste Form von Prameh ist das Madhume. Die ayurvedischen Acharyas legen nahe, dass wenn die Kaphas Prameh und Vataj Prameh nicht richtig behandelt werden, dies zu Madume im Ayurveda führen kann.

### **Wie behandelt Ayurveda Diabetes?**

Laut Ayurveda kann Madhume durch die Verwendung von ayurvedischen Arzneimitteln zur Zuckerkontrolle in Kombination mit Änderungen des Lebensstils, Bewegung, Ernährungsumstellung und Entgiftungsprozess behandelt werden.

In diesem Artikel werden 8 Wunderkräuter diskutiert, die als sichere ayurvedische Zuckermedizin gelten. Diese diabetischen Kräuter fördern die gesunde Stoffwechselfunktion. Diese

Zuckermedikamente in der ayurvedischen Wissenschaft behandeln die Ungleichgewichte des Blutzuckers und andere kritische diabetische und metabolische Gesundheitsprobleme.

## **1. Aloe Vera**

Der Saft der Aloe Vera Pflanze hilft, den Nüchternblutzuckerspiegel bei Diabetikern zu senken und gilt als gutes ayurvedisches Arzneimittel zur Zuckerkontrolle. Es enthält eine Chemikalie namens Phytosterole, von denen bekannt ist, dass sie antihyperglykämische Eigenschaften haben. Eine Studie der Abteilung für Pharmakologie und Toxikologie der Beni-Sueif-Universität in Ägypten im Jahr 2012 hat das Vorhandensein von Antidiabetika im Aloe-Vera-Extrakt nachgewiesen. In einem 2015 im Journal of Diabetes & Metabolic Disorders veröffentlichten Artikel wurde berichtet, dass Aloe Vera-Extrakt die Qualität hat, einen beeinträchtigten Blutzucker innerhalb von vier Wochen nach der Anwendung umzukehren. Es ist weit verbreitet als ayurvedische Zuckermedizin.

### **Gebrauchsanweisung**

Sie können Aloe Vera Saft zubereiten, indem Sie 2 Teelöffel Aloe Vera Gel in ein Glas Wasser geben und zweimal täglich trinken. Es würde Ihnen helfen, den Insulinfluss zu regulieren und den Blutzuckerspiegel auf natürliche Weise zu senken.

## **2. Oregano**

Dieses exotische Kraut spanischen und mediterranen Ursprungs enthält eine Chemikalie namens Glykoside, die den Blutzuckerspiegel im Körper senken. Es erhöht auch den Insulinspiegel im Blut und wird daher im Ayurveda als Medikament zur Zuckerkontrolle eingesetzt.

### **Gebrauchsanweisung**

Oregano kann in getrockneter Form zusammen mit Salaten,

Suppen usw. verzehrt werden. Sie können auch morgens eine Tasse Oregano-Tee trinken. Sie können auch 2-3 Tropfen Oreganoöl in ein Glas Wasser oder Ihren Lieblingsaft geben und morgens einnehmen.

### **3. Bockshornklee**

Bockshornklee ist ein ayurvedisches Arzneimittel zur Zuckerkontrolle, von dem bekannt ist, dass es eine hypoglykämische Aktivität aufweist, indem es die Glukosetoleranz im Blut erhöht und damit den Blutzuckerspiegel senkt. Der hohe Fasergehalt in diesem Kraut verlangsamt die Aufnahme von Kohlenhydraten und Zucker.

#### **Gebrauchsanweisung**

Sie können 1-2 Esslöffel Bockshornkleesamen über Nacht in einem Glas Wasser einweichen. Sie können das Wasser trinken und die Samen am nächsten Morgen essen. Chapattis aus Bockshornkleepulver mit Weizenmehl können auch zur Senkung des Blutzuckerspiegels verzehrt werden.

### **4. Gymnema Sylvestre**

*Gymnema Sylvestre* ist auf Hindi als Gurmar bekannt. Dies liegt daran, dass dieses diabetische Kraut mit einer Glykosidverbindung beladen ist, die als Gymnemsäure bekannt ist. Es hilft auch, die Empfindlichkeit der Geschmacksknospen gegenüber süßen Produkten zu verringern, wodurch das süße Verlangen der Prädiabetiker minimiert werden kann. Es erhöht auch die Insulinproduktion der Bauchspeicheldrüse. Dies ist der Grund, warum es in der ayurvedischen Wissenschaft als gute Zuckermedizin gilt.

#### **Gebrauchsanweisung**

Gurmar kann in Pulverform zusammen mit einer Tasse lauwarmem Wasser verzehrt werden. Sie können auch Tee

kochen, indem Sie Gurmar-Blätter in Wasser kochen.

## **5. Salbei**

Wenn Salbei auf nüchternen Magen verzehrt wird, kann dies den Blutzuckerspiegel erheblich senken. Dieses diabetische Kraut erhöht die Insulinbildung in der Bauchspeicheldrüse und senkt so den Blutzuckerspiegel. Es ist sowohl für Prädiabetiker als auch für Typ-2-Diabetiker von Vorteil.

### **Gebrauchsanweisung**

Salbei kann früh morgens auf nüchternen Magen in Form von Tee verzehrt werden.

## **6. Curryblätter**

Die aromatischen Curryblätter senken den Blutzuckerspiegel und fördern den Kohlenhydratstoffwechsel. Ein Artikel, der 2013 im International Journal of Food and Nutritional Sciences veröffentlicht wurde, hat die hypoglykämischen Eigenschaften von Curryblattpulver nachgewiesen. Es ist ein ausgezeichnetes Medikament zur Zuckerkontrolle im Ayurveda.

### **Gebrauchsanweisung**

Sie können jeden Tag morgens auf nüchternen Magen einige Blätter dieses diabetischen Krauts kauen.

## **7. Nelken**

Nelken sind in der ayurvedischen Wissenschaft Zuckermedizin, die dazu beitragen, den Blutzuckerspiegel zu senken und die Komplikation von Diabetes zu verhindern. Sie können es einfach während des Kochens zu Ihrem Essen hinzufügen und konsumieren, um den Zuckergehalt im normalen Bereich zu halten.

## 8. Ingwer

Es ist ein im Ayurveda weit verbreitetes Arzneimittel zur Zuckerkontrolle und wird zur Kontrolle des Blutzuckerspiegels verwendet, indem die Insulinsekretion in der Bauchspeicheldrüse erhöht wird. Ingwer kann verwendet werden, um Ingwertee zuzubereiten, oder Sie können ihn täglich in roher Form kauen.

Das waren also die 8 Wunderkräuter, die den Zuckergehalt senken und effektiv als verwendet werden

**Zuckerkontrollmedizin im Ayurveda**

Details

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