



## Natürliche Kräuter - Kraft der Kräutermedizin

Natürliche Kräuter können verwendet werden, um viele gesundheitliche Probleme zu heilen. Hier sind einige Möglichkeiten, wie auch Sie Ihre Gesundheit verbessern und Ihr Energieniveau steigern können, indem Sie nur natürliche pflanzliche Heilmittel verwenden. Viele Verwendungen von natürlichen Kräutern Menschen verwenden Kräuter unterschiedlich, um ihre Lebensweise zu verbessern. So finden Sie zum Beispiel Nahrungsergänzungsmittel aus Kräutern sowie Körpercremes und -lotionen mit Heilkräutern. Am häufigsten werden natürliche Kräuter verwendet, um zu bekämpfen: hoher Blutdruck Akne Arthritis Schwierigkeiten mit den Wechseljahren Haarverlust Angst Depression Medizinische Naturkräuter kommen hauptsächlich in Asien vor. Ein Grund ist das Klima – warm und feucht fördert es das &hellip;



Natürliche Kräuter können verwendet werden, um viele gesundheitliche Probleme zu heilen. Hier sind einige Möglichkeiten, wie auch Sie Ihre Gesundheit verbessern und Ihr

Energieniveau steigern können, indem Sie nur natürliche pflanzliche Heilmittel verwenden.

## **Viele Verwendungen von natürlichen Kräutern**

Menschen verwenden Kräuter unterschiedlich, um ihre Lebensweise zu verbessern. So finden Sie zum Beispiel Nahrungsergänzungsmittel aus Kräutern sowie Körpercremes und -lotionen mit Heilkräutern.

## **Am häufigsten werden natürliche Kräuter verwendet, um zu bekämpfen:**

- hoher Blutdruck
- Akne
- Arthritis
- Schwierigkeiten mit den Wechseljahren
- Haarverlust
- Angst
- Depression

Medizinische Naturkräuter kommen hauptsächlich in Asien vor. Ein Grund ist das Klima – warm und feucht fördert es das Pflanzenwachstum. Es ist auch eine traditionelle Lebensweise, bei der Heilkräuter als natürliche Heilmittel verwendet werden. In letzter Zeit hat auch die westliche Welt die Verwendung von Heilkräutern als besser als die Verwendung traditioneller Arzneimittel erkannt. Die am häufigsten verwendeten natürlichen Kräuter sind Aloe Vera, Teebaum, Kamille, Rosmarin, Salbei und Johanniskraut.

## **Warum bevorzugen Menschen alternative pflanzliche Behandlungen gegenüber herkömmlichen Medikamenten?**

Viele von uns vertrauen Heilpflanzen statt herkömmlicher Medizin, weil die Verwendung von Kräutermedizin eine sicherere Alternative zu gewöhnlichen Medikamenten ist. Natürliche

Kräuter liefern Ihnen fast immer die gewünschten Ergebnisse, sie wirken jedoch nicht so schnell wie starke herkömmliche Medikamente. Dies geschieht, weil Heilkräuter für Ihren gesamten Körper wirken, ihn stärker machen und nicht nur ein Problem bekämpfen. Natürliche Kräutermedizin ist jedoch immer noch Medizin, was bedeutet, dass ein Arzt Ihr pflanzliches Heilmittel verschreiben sollte. Denken Sie auch daran, den Kurs zu beenden, auch wenn Sie sich besser fühlen, da Sie sonst nicht den vollen Nutzen aus der Kräuterbehandlung ziehen können.

### **Finden Sie die richtigen natürlichen Heilkräuter für sich**

Viele Menschen mit schweren chronischen Krankheiten wenden sich natürlichen Heilmitteln zu, um Heilung, Linderung und ein allgemein besseres Leben zu erreichen. Auch wenn natürliche Kräuter harmlos sind, ist die Auswahl des richtigen pflanzlichen Heilmittels wichtig, denn es gibt keine magischen „Allheilmittel“-Kräuter. Damit Kräutermedizin am besten wirkt, sollte sie in der richtigen Dosierung und zur richtigen Tageszeit eingenommen werden, normalerweise wird morgens empfohlen.

Und woher wissen Sie, welche Kräuter Sie brauchen? Die einzige Möglichkeit besteht darin, mit einem Arzt zu prüfen, ob es eine pflanzliche Behandlung für Ihre Erkrankung gibt und ob sie Ihnen hilft. Gehen Sie nicht einfach in einen chinesischen Kräuterladen und kaufen Sie das Heilmittel, das sie empfehlen, es könnte bei Ihnen nicht funktionieren.

Die Einnahme von Medikamenten einschließlich Heilkräutern ohne ärztlichen Rat ist wirklich keine gute Idee, da Heilpflanzen immer noch Medikamente sind. Vergessen Sie nie, dass Sie keinen Nutzen daraus ziehen, wenn Sie das falsche Kraut, die falsche Menge oder die falsche Behandlung anwenden.

### **Finden Sie Ihre natürlichen pflanzlichen Heilmittel**

Besuchen Sie eine auf Alternativmedizin spezialisierte Klinik,

dort können Sie sich qualifiziert beraten lassen. Sie werden Ihren Gesundheitszustand vollständig überprüfen. Bereiten Sie sich auf eine vollständige Untersuchung vor, denn für die ganzheitliche Medizin ist es sehr wichtig, alle Krankheiten als Komplex zu heilen. Danach wird Ihnen der Arzt sagen, welches natürliche Kraut oder welche Kombination von Kräutern Sie benötigen, um Ihr Leiden zu heilen oder zu lindern und Ihnen zu helfen, länger und gesünder zu leben.

Sie können sehr viele Kräuter finden, die medizinische Eigenschaften haben. Alles, was Sie wirklich tun müssen, ist zu bestimmen, welche Kräuter für welche Situation verwendet werden sollen. Dann besprechen Sie es mit Ihrem Arzt und Sie sind auf dem Weg, Ihre Krankheiten mit natürlichen Kräutern zu heilen.

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