



Natürliche Kräutermedizin

Haben Sie jemals ein natürliches oder pflanzliches Heilmittel ausprobiert, um eine Erkrankung zu heilen oder möglicherweise für den täglichen Gebrauch? Einige Leute denken, dass pflanzliche Heilmittel ein Trick sind, um Menschen anzulocken und Produkte zu kaufen. Allerdings erkennen heutzutage sogar Ärzte die Vorteile natürlicher pflanzlicher Heilmittel. Kräuter werden seit über 5.000 Jahren in verschiedenen Kulturen verwendet, darunter sumerische, griechische, ägyptische, arabische, römische, deutsche, schweizerische und englische. Die westliche Kultur verwendet seit Tausenden von Jahren Kräutermedizin, was die Kräuterkunde zu einer der ältesten Formen der Medizin macht. Darüber hinaus ist es möglicherweise eines der am weitesten verbreiteten Arzneimittel, da etwa 80 …



Haben Sie jemals ein natürliches oder pflanzliches Heilmittel ausprobiert, um eine Erkrankung zu heilen oder möglicherweise für den täglichen Gebrauch? Einige Leute denken, dass

pflanzliche Heilmittel ein Trick sind, um Menschen anzulocken und Produkte zu kaufen. Allerdings erkennen heutzutage sogar Ärzte die Vorteile natürlicher pflanzlicher Heilmittel. Kräuter werden seit über 5.000 Jahren in verschiedenen Kulturen verwendet, darunter sumerische, griechische, ägyptische, arabische, römische, deutsche, schweizerische und englische.

Die westliche Kultur verwendet seit Tausenden von Jahren Kräutermedizin, was die Kräuterkunde zu einer der ältesten Formen der Medizin macht. Darüber hinaus ist es möglicherweise eines der am weitesten verbreiteten Arzneimittel, da etwa 80 % der Weltbevölkerung immer noch Kräutermedizin verwendet. Kräutermedizin wird im Gegensatz zur konventionellen Medizin nicht nur zur Behandlung von Symptomen oder Zuständen eingesetzt. Kräutermedizin beugt Krankheiten und Krankheiten vor, erhält die ordnungsgemäße tägliche Körperfunktion aufrecht und verbessert die geistige Einstellung, das Aussehen und die Leistungsfähigkeit. Pflanzliche Heilmittel können verwendet werden, um in Bereichen wie Verdauung, Atmung, Kreislauf, Immunsystem, Hormonsystem, Nervensystem, Entgiftung und äußerlich für Haut, Haare und Nägel zu helfen. Kräuterexperimente waren die Grundlage sowohl für die indische Kräutermedizin, die als Ayurveda bekannt ist, als auch für die chinesische Kräutermedizin.

Chinesische Kräutermedizin spiegelt den chinesischen Glauben wider, dass das Universum aus Energie namens Chi besteht. Zusätzlich haben Menschen durch Chi eine angeborene Beziehung zu der sie umgebenden Welt und Umwelt; Der menschliche Körper ist ein kleines Universum in sich selbst, das aus komplexen Energie- und Materiesystemen besteht, die daran arbeiten, die Gesundheit von Körper und Geist zu erhalten. Chinesische Kräutermedizin ist die primäre therapeutische Modalität für die Innere Medizin in China. Dies wird in Verbindung mit externen Modalitäten wie Akupunktur, Akupressur, Massage, Tai Chi, Meditation, Dermabrasion und Ernährungstherapie verwendet. Mit über 500 chinesischen Kräutern kombiniert die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

Kräuter, um spezifische Formeln zu erstellen, die auf den einzelnen Patienten zugeschnitten sind.

Die indische Kräutermedizin, auch als Ayurveda-Medizin bekannt, ist das älteste organisierte Medizinsystem. Heute klassifizieren wir es als Komplementär- und Alternativmedizin, aber den Indern ist es aufgrund seiner langen Geschichte als göttliche Medizin bekannt. Ayurveda basiert auf dem Verständnis, dass das Universum und der Körper aus fünf großen Elementen bestehen: Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther. Zusätzlich betont Ayurveda die Bedeutung des Gleichgewichts durch drei elementare Energien. Jeder besitzt diese Energien oder Doshas, wie sie bekannt sind. Diese Doshas sind wichtig, denn wenn sie im Körper ausgeglichen sind, dann sind Sie gesund, aber wenn sie aus dem Gleichgewicht geraten, besitzt der Körper Krankheiten. Ayurveda betont die Bedeutung eines gesunden Stoffwechselsystems, einer ordnungsgemäßen Verdauung und einer ordnungsgemäßen Ausscheidung, um zu Vitalität zu führen. Außerdem pflegen Bewegung, Yoga, Meditation und Massage den äußeren Körper. Daher richtet sich die ayurvedische Medizin an Körper, Geist und Seele als Ganzes für eine perfekte Gesundheit.

Kräutermedizin, egal wo sie verwendet wird, stammt von den Pflanzen der Erde. Ein natürliches Heilmittel kann jeden Teil dieser Pflanze verwenden, die Wurzel, den Stängel, die Blüte, die Samen, sogar die Flüssigkeit in der Pflanze. Aus diesem Grund gibt es so viele Kräuter, denn aus jeder Pflanze können mehrere verschiedene Kräuter extrahiert und auch verschiedene Verwendungen gemacht werden. Pflanzliche Heilmittel gibt es in allen Arten von Formen wie Pille, Kapsel, Gel, Salbe, Creme, Flüssigkeit, Öl oder Tee. Viele gängige pflanzliche Heilmittel finden sich direkt vor unserer Nase in unserer eigenen Küche. Wie Knoblauch, Zimt, Ingwer, Pfefferminze, Kurkuma und Kamillentee. Kräuterergänzungen können einzeln eingenommen oder gemischt werden, um ein bestimmtes Ergebnis zu erzielen. Häufige Erkrankungen, die durch pflanzliche Heilmittel Linderung gefunden haben, sind Angina pectoris, Arthritis,

Hautpflege, Schilddrüse, Harnwegsinfektionen und viele mehr. Es kommen neue Produkte auf den Markt, die bei zusätzlichen Problemen wie der Raucherentwöhnung, der Entfernung unerwünschter Haare und der Beseitigung von Falten helfen.

Die Umstellung auf Kräuter- und Naturheilkunde war ein langer und langsamer Prozess, aber die Bevölkerung als Ganzes hat eine Verlagerung von der traditionellen Medizin mit Rezepten und unangenehmen Nebenwirkungen hin zu natürlichen, biologischen Produkten gezeigt. Da immer mehr Gesundheitspraktiker natürlichere Wege zur Linderung von Symptomen fördern, feiert die Kräutermedizin ihr offizielles Debüt in der modernen Medizin. Warum warten, um einen Arzt aufzusuchen, um ein Rezept zu bekommen, das unverschämte Geldsummen kostet, die zusätzliche Symptome verursachen könnten? Natürliche Kräuterheilmittel können im örtlichen Geschäft gekauft werden oder Sie haben sie möglicherweise bereits in Ihrem Küchenschrank. Warum also nicht ein natürliches pflanzliches Heilmittel ausprobieren, um Ihr Problem zu behandeln? Es kann die Art und Weise verändern, wie Sie Ihr Leben leben.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki