

Oxymel simplex: so simpel & so super

Wirkung:

1EI pro Tag

oder als Kur: 3EI in 1 Tasse Tee oder warmen Wasser

1/2 Stunde vor dem Frühstück langsam trinken

- * tonisierend, immunstärkend, fiebersenkend, auswurfördernd,
- * entgiftend, entzündungshemmend, antibakteriell
- * fördert Aktivität von Magen, Darm, Leber, Galle Niere, Blase > Organotonikum
- * fördert Regeneration des Organismus
- * unterstützt und reguliert Verdauung (u.a. Durchfall, Verstopfung) beschleunigt Fettverbrennung
- * optimiert Fett- und Zuckerstoffwechsel, reguliert Cholesterin, auch für Diabetiker geeignet
- * wirkt reizlindernd auf Erkrankung des Atemtrakts
- * Wirkt isotonisch bei Erbrechen, Durchfall, Dehydration, sportlicher Betätigung und anstrengender/schweißtreibender Arbeit
- * antiseptische und desinfizierende Wirkung bei Hautbeschwerden (auch äußerliche Anwendung ist möglich)

spezielle Anwendungen:

- * Atembeschwerden und Halsschmerzen: 1TI pur, bei Bedarf wiederholen und 1/2Stunde nach Einnahme nicht essen oder trinken
- * Kur zur Verdauungsstärkung: 3EI in 1 Tasse Tee oder warmen Wasser
1/2 Stunde vor dem Frühstück
- * Fieber: 50g Oxymel mit 10facher Menge Tee oder Wasser einnehmen

Oxymel compositum - Wirkungen der spezifischen Zutaten

Aus der Apitherapie:

Propolis: Naturantibiotikum aus dem Bienenstock

- immunstimulierend und -stärkend
- antibiotisch, antibakteriell, antimykotisch
- entzündungshemmend
- antioxidativ, zellschützend

Oxymel mit Früchten (de fructibus):

Himbeeren: Lebenslust pur, Anti-Stress-Elixier

- antioxidativ
- kräftigend für Nerven
- stimulieren Appetit, Stoffwechsel und Abwehrkräfte
- blutreinigend, blutbildend
- Vitamin C, Eisen, reichlich Mineralstoffe!!

Schwarze Himbeere: (die canadische wilde Himbeere): Superfood auf vielen Linien

- antioxidativ, entzündungshemmend, antimikrobiell (3x mehr als rote Himbeere)
- senkt Gesamtcholesterin
- antikanzerogen
- neuroprotektiv
- Zellreparatur beim regenerieren beschädigter Arterien
- gesunde Wirkung auf Herz_Kreislauf, Blutdruck, Fettstoffwechsel

Heidelbeeren: sehr x'und, auch das Sammeln ;-)

- stopfend (roh)
- anregend, antioxidativ, hemmt freie Radikale
- dunkle Pigmente bei Nachtblindheit hilfreich (Kampfpiloten wurden damit versorgt)
- soll Geist und Gedächtnis stärken
- beugt Herz-Kreislaufkrankungen und Zellalterung vor (u.a. Arthrose)
- senkt Blutzuckerspiegel

Brombeeren: Superfrucht für Knochen und Nerven

- Provitamin-A für die Nerven und Augen
- Eisen, Kupfer und Magnesium für Knochen, Muskeln und Blut
- blutreinigend, reguliert Verdauung
- stärkt Immunsystem und Magen
- bei Heiserkeit und Beschwerden durch Sommerhitze

Hagebutten: Anti-Stress- und Immun-Elixier

- tonisierend, entzündungshemmend auch bei degenerativen Erkrankungen wie Arthrose
- immunstärkend
- fördert und reguliert Verdauung
- entgiftend, mild harntreibend, spült Nieren und Harnwege
- antistress-Wirkung
- zellschützend, antioxidativ (hemmt freie Radikale)

Quitte: Magen- und Immuntonikum aus der arabischen Medizin

- magenstärkend, verdauungsregulierend, fiebersenkend
- antioxidativ
- bei Magen-Darm-Beschwerden, Verdauungsstörung
- reizlindernd bei Husten und Infektionen des Atemtraktes
- unterstützt Aktivität des Immunsystems, kann grippale Infekte lindern

> **Quitte & Brombeeren** - kräftiges Gespann ;-) s.o.

Oxymel mit Kräutern:

Basilikum & Tulsi:

Basilikum: rumänisches Naturheilmittel bei Fieber, Husten, Verdauungsbeschwerden und Nierenerkrankungen

- antibakteriell, entzündungshemmend
- lindert Atemwegsbeschwerden, Husten Bronchitis
- gegen Fieber und Stress, Appetitlosigkeit
- verdauungsfördernd, unterstützt Fettspaltung, reduziert Blutfett- u. Blutdruckwerte sowie Blutzuckerspiegel
- entgiftet Leber > und wenn was über die Leber gelaufen ist = gute Laune Kraut fördert Hingabe und Empfängnisfähigkeit

Tulsi: (heiliges Basilikum): öffnet Herz und Geist, fördert Hingabe und Mitgefühl

- appetitanregend, blähungswidrig, verdauungsfördernd
- krampflösend, schmerzstillend und beruhigend auf das Nervensystem (antistress)
- kräftigt Nervengewebe, steigert Gedächtnisleistung
- anitidepressiv, stärkt Psychoimmunität
- blutreinigend, herzstärkend, entzündungshemmend
- entschleimend im HNO und Atemwegsbereich
- harntreibend, lindert schmerzhaftes Wasserlassen
- schweißtreibend und juckreizstillend
- allgemein immunstimulierend, antibakteriell und pilzhemmend
- ausgezeichnetes Fiebermittel, speziell bei Kindern
- fettreduzierend (Adipositas), reguliert Cholesterinspiegel

Birke: sanfte Dusche von Innen

- erhöht Harnmenge auf das etwa 5 fache und spült somit die Nieren, Blase und das Blut > viel dazu trinken
- sanft entgiftend
- kann bei Blasenentzündung und Nierengrieß helfen
- bei Gicht, Rheuma und Gelenksbeschwerden hilfreich
- bringt Körpersäfte und Lebensgeister in Fluß
- macht beweglich, flexibel und wieder stark - ganz so wie sie selbst da steht
- durchlichtet den Geist
- spült Nieren, erhöht Harnmenge ... bei Langzeitanwendung ev. Nierensteine lösen (Kur: 1 Monat 40ml Oxmyel mit 1l warmen Wasser)

Bitterkräuter: (Wermut, Beifuß, Schafgarbe, Eberraute, Pfefferminze)

- fördert Bildung der Verdauungssäfte
- unterstützt Verdauung und Fettaufspaltung
- hilft den Körper zu entgiften
- gegen „Verbitterung“

Estragon & Ingwer: belebend & stärkend

- fördert Verdauung, Abwehrkräfte und Stoffwechsel, magenstärkend
- antibakteriell, entzündungshemmend
- regt Nierentätigkeit an, schwemmt Wasseransammlungen und Gifte aus (Gicht!, Rheuma)
- Estragon hat viel Vitamin C
- entkrampfend, beruhigend (bei Nervosität und Schlafstörungen)
- *nicht in der Schwangerschaft, und Reizdarm, Magen- und Darmgeschwüren*

Fenchel & Kamille: energetisierend und wärmend - Bauchwohl

- krampflösend, blähungshemmend, schmerzlindernd
- antibakteriell, fiebersenkend, stimuliert Abwehrkräfte und Appetit
- fördert Verdauung und Darmmotorik, entspannt glatte Muskulatur
- Husten und Erkältungsbeschwerden
- milchbildend
- für Babys und Kleinkinder 1/2 - 1 Teelöffel pro Tag (ev. zum abschmecken der Nahrung)

Fichtenwipferl: tonisierend

- schleimlösend, auswurfördernd
- antibakteriell, keimtötend
- blutreinigend
- anregend, beruhigend
- Bronchitis, Husten, Atemwegserkrankungen
- Nervosität, Schlaflosigkeit, Frühjahrsmüdigkeit
- Vitamin C Versorgung

Frauenmantel: Alchemistenkraut und Universalkraut für die Frau
vor allem in der Schwangerschaft und danach

- wundheilend, blutstillend
- entzündungshemmend, antibakteriell
- nerven- und herzstärkend
- sanft Hormon regulierend
- gebärmutterstärkend, bindegewebsstärkend während Schwangerschaft
- Verhütung von Geburtsblutungen
- rasche Rückbildung der Gebärmutter und Heilung der Geburtswege
- milchbildungsfördernd
- Heilpflanze und Zauberkraut für die Seele: Verbessert weibliche Ausstrahlung und erleichtert das Frausein in allen Facetten

Frühlingskräuter: starker Frühjahrsputz für Darm und Säfte

Brennnessel, Löwenzahn, Gundelrebe, Giersch

- 3EI täglich in Tasse mit lauwarmen Wasser auf nüchternen Magen (Flasche reicht für 10 Tage) im Laufe des Tages dann auch noch zusätzlich viel Trinken
- am besten bei abnehmenden Mond
- regelmäßige Entgiftung zwischendurch: Fasttag an Neumondtagen: wie oben beschrieben und dann nur Wasser und Tee

Holler: Fiebersenkender Heilsirup

- schweißtreibend bei Fieber, antientzündlich bei Grippe und grippalen Infekten
- reizlindernd bei Atemwegserkrankungen, Husten, Schnupfen, Halsbeschwerden
- regt Kreislauf und Nierentätigkeit an, harntreibend > stimuliert Ausscheidung von Toxinen
- antibakteriell, antiviral, nervenprotektiv
- blutzuckersenkend bei Diabetes

Ingwer: schenkt Lebenswärme; ayurvedisches Naturantibiotikum

- entzündungshemmend bei Fieber, Grippe, Erkältungen, Halsbeschwerden
- antibakteriell, schleimlösend, auswurffördernd, magenstärkend, entkrampfend
- fördert Verdauung, verbessert Abwehrkräfte, bei Husten, Asthma, Erkältung
- wirkt stimulierend und schmerzlindernd auf Nervensystem, durchblutungsfördernd, wärmend
- Rheuma, Arthritis
- stimmungsaufhellend

Lavendel: schlaffördernd und nervenberuhigend „Kehrbesen für's Gehirn“

- entspannend, krampflosend, stressvermindernd, mild antidepressiv
- entspannt glatte Muskulatur, positive Wirkung bei Einschlafschwierigkeiten
- antibakteriell bei grippalen Infekten
- durchblutungsfördernd und herznährend
- fördert Verdauung, bei Konzentrations- u. Gedächtnisschwäche, senkt Blutdruck
- klärt die Gedanken, hilft abgrenzen

Melisse: ausgleichendes und nervenstärkendes Elixier - gleicht zu wenig und zu viel aus

- mild beruhigend und belebend
- nerven- und magenstärkend (regt Leber und Galle an)
- antiviral (Herpesviren)
- krampflosend bei seelischen und körperlichen Verkrampfungen
- ausgleichend für Herz und Hormone (PMS, Wechseljahre!)
- bringt Licht > depressiven Verstimmungen

Mädesüß: wenn's bärt, das pflanzliche Aspirin des 19.Jhd's

- schmerzlindernd, entzündungshemmend, immunmodulatorisch
- krampflosend, harntreibend, blutreinigend, schweißtreibend
- Kopfschmerzen, Migräne, grippale Infekte, Fieber
- Immunschwäche, Erschöpfung,
- Entzündungen aller Art (auch Rheuma)

Mutterkraut: schmerzlindernd, lindert Frauenbeschwerden

- schmerzlindernd, hilft bei Migräne und Bauchkrämpfen
- regulierend bei PMS, Menstruation, Wechseljahrsbeschwerden
- beruhigt Nerven, reduziert Stress, schlaffördernd
- leicht stimmungsaufhellend
- verdauungsfördernd, stimuliert Leber-Galle-Aktivität
- krampflosend bei Koliken
- *! nicht bei Migräne in der Schwangerschaft und Stillzeit*

Rose nervenentspannend u. -kräftigend, kühlend

- beruhigt bei Stress, seelischem Druck und Schlaflosigkeit
- mild antidepressiv
- kühlend an heißen Tagen, bei Fieber, Bluthochdruck und Wechseljahrsbeschwerden
- antibakteriell bei Erkältungen
- unterstützt Entgiftung

Rosmarin: Kräftiges Kraut für viele Ebenen, Pflanzenfeuer für die Liebeskraft

- allgemein kräftigend > sehr hilfreich bei Stress
- stärkt Nerven, Kreislauf und Verdauung
- fördert Gehirnleistung und Konzentration
- verstärkt Gehirndurchblutung und kann daher auch bei Kopfschmerzen helfen
- stärkt das Selbstbewußtsein,
- beruhigend, krampflösend, stimmungserhellend
- *! nicht bei Bluthochdruck, Schwangerschaft, starker Blutung*

Schafgarbe: „Schafgarbe im Leib, tut wohl jedem Weib“, Garbe = althochdeutsch: Gesundmacher

- antibakteriell, entzündungshemmend, antimykotisch (Candida albicans), blutreinigend, blähungswidrig
- entgiftet Leber, reinigt Blut
- gegen Übersäuerung, Darmsanierung
- Entzündung von Magen-Darmschleimhaut > regenerierend (Gastritis)
- Blähungen, Bauch- und Gallenkolik
- Blasenentzündung
- starke und lange Regelblutungen
- bakterielle Unterleibsentzündungen
- Nasenbluten, blutenden Hämorrhoiden
- leicht Blutdruck senkend

Sharbat'e Sekanjabin: persisches Erfrischungsgetränk aus dem Mittelalter -

wurde/wird für alles und zur allgemeinen Stärkung verwendet

- magentonisierend, verdauungsfördernd
- antibakteriell
- Tonikum bei Überhitzung, Fieber, Wasserverlust

Salbei: „Wer auf Salbei baut - den Tod kaum schaut“

- entzündungshemmend, magenstärkend, krampflösend, menstruationsregulierend
- wundheilend, sekrethemmend, auswurffördernd
- bei starkem Schwitzen, Wechseljahrsbeschwerden, Husten, Schnupfen (vertreibt Feuchtigkeit aus Lunge und Magen), zum Abstillen
- Wunden, Geschwüren
- klärt den Geist, stärkt Gehirn und Nerven, beruhigt das Herz
- *!!! Vorsicht: abortif - nicht in der Schwangerschaft - nur zur Geburtseinleitung*

Tannicht: (Tannennadeln, Ackerschachtelhalm, Spitzwegerich) mineralisiert und stärkt Knochen

- versorgt Organismus mit Vitaminen und Mineralstoffen, isotonische Wirkung
- entgiftend, stimuliert Leber-Gallen-Funktion
- verdauungsfördernd
- stimuliert Selbstheilungskräfte (hoher VitaminC Gehalt)
- antibakteriell
- lindert Husten und Halsschmerzen
- kühlend bei Überhitzung,
- bei anstrengenden und schweißtreibenden Tätigkeiten, Sport

Innere Sonne: (Johanniskraut, Safran, Sommerblüten)

bringt Licht besonders in die kurzen Wintertage - „Seelenbalsam“

- antidepressiv, beruhigend, angstlösend
- entzündungshemmend, krampflösend, reinigend
- Depressionen, Menstruationskrämpfe, Magenschleimhautentzündung
- Verdauungsstörungen
- erhellt Geist und Gemüt
- *! nicht vor Sonnenbad oder Solarium*