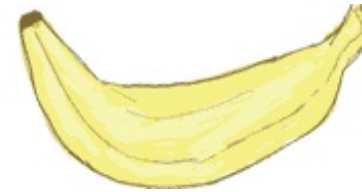


5 Verbotene Lebensmittel :  
Lösen sie viel bauchfett sobald Sie diese 5 Lebensmittel niemals essen.

Niemals  
essen



Google-Anzeigen

[Maca Peru](#)

[Maca Wirkung](#)

[Abnehmen Kräuter](#)

[ESP](#)

e-mail



## Naturmedizin aus Peru: Heilpflanzen aus der Sierra und aus dem Urwald von Peru

Heilungen durch den medizinischen Gebrauch von Pflanzen der peruanischen Sierra und des peruanischen Dschungels

präsentiert von Michael Palomino (2009)

Mit Freunden teilen:



Facebook



0



Tweet





aus: Plantas que curan y sus usos medicinales. Nueva colección de naturismo [Heilpflanzen und die medizinischen Anwendungen. Neue Ausgabe der Naturheilkunde]; Chirre-Verlag S.A., Lima, Jr. Miguel Zamora 148, [Distrikt Lima, Lima], Tel. [01]-332-8342, Telefax: [01]-424-7323. Filialen: Jr. Azángaro 726, [Lima], Tel. [01]-426-5215 - Lima [Peru]



Titelblatt und Rückseite von "Plantas que curan" ("Heilpflanzen") des Chirre-Verlags, Lima

### Kommentar

Der Online-Ausgabe dieses Heftchens sind viele Fotos und zusätzliche Angaben gemäss der Blutgruppenmedizin beigelegt. Zusätzliche Texte stehen in gelbem Hintergrund. Bei Unklarheiten fragen Sie immer Ihren Naturheiler. Es ist zu wünschen, dass sich alle gut heilen können.

Michael Palomino (2009)

## Heilpflanzen - (die Pflanzen der Sierra und des Urwalds von Peru)

Über Jahre hinweg haben die Landbevölkerungen des Landes ihre Krankheiten mit den Produkten von Mutter Erde geheilt, mit Wunderpflanzen, von denen sie - gemäss Brauch und Erfahrung - allmählich die Eigenschaften herausfanden. Es gibt deren viele, und vielleicht sind bis heute nicht einmal alle wissenschaftlich katalogisiert. Eine der Hauptarbeiten, die einen wichtigen Teil dieser Arten aufgenommen hat, ist jene wunderbare Arbeit der Ärzte Hermilio Valdiyán und Angel Maldonado, die vor 76 Jahren erschienen ist, mit dem Titel "La Medicina Popular Peruana" ("Die peruanische Volksmedizin"), ein wahrhaftes Lexikon, das Arten auferstehen lässt, die sicherlich durch die Vernichtung oder durch den Lauf der Zeit in Gefahr sind auszusterben. Es ist die Aufgabe aller, die Heilpflanzen zu verteidigen. Die hier präsentierte Ausgabe behandelt eine eigene kleine Auswahl, die von den ansässigen Kräuterbauern übermittelt

wurde. Sie verdienen die öffentliche Anerkennung, eine Sammlung quer-beet durch die Sammlung der Naturmedizin. Es handelt sich um eine der ersten Arbeiten dieses Verlags, in einem neuen Format und Design. Wir hoffen, Ihre Erwartungen zu erfüllen. Danke, dass Sie uns Ihre Referenz erweisen. (F.G.L.) (S.3)

## Einordnung der Kräuter der Anden gemäss der medizinischen Eigenschaften

Man sagt, ein Medikament sei

- **ein Antispasmodikum (Span.: antiespasmódico)**: wenn seine Funktion die Erregung der Nerven (Spasmen) beruhigt
- **adstringierend (Span.: astringente, zusammenziehend)**: wenn es auf das Gewebe zusammenziehend wirkt und Durchfälle zurückhält
- **cholagogue (Span.: cholagogo)**: sind diejenigen Medikamente, die zur Heilung der Leberkrankheiten eingesetzt werden
- **depurative (Span.: depurativo)**: wenn es eine Blutreinigung von seinen Unreinheiten bewirkt und Keime gewisser Krankheiten ausgespült werden
- **diaphoretisch (Span.: diaforético)**: wenn das Medikament Schweiß und Schwitzen erzeugt
- **diuretisch (Span.: diurético)**: wenn das Medikament harntreibend wirkt
- **emenagogisch (Span.: emenagogo)**: wenn das Medikament die menstrualen Funktionen reguliert, sie erhöht oder auslöst
- **erweichend (Span.: emoliente)**: wenn die Gewebe aufgeweicht werden, bei Abszessen, Pickeln etc.
- **stimulierend (Span.: estimulante)**: wenn ein Medikament auf ein oder auf mehrere Organe wirkt und deren Vitalität verstärkt
- **Magenmittel (Span.: estomacal)**: wie der Name schon sagt, stabilisiert das Medikament die Funktionen des Magens
- **schleimlösend (Span.: expectorante)**: diese Medizin wirkt mildernd und schleimlösend auf chronische Katarrhe oder schlecht ausgeheilte Katarrhe
- **abführend (Span.: laxante)**: sind Präparate, die sanft die Funktionen des Darms stimulieren und die Trockenheit im Bauch überwinden
- **pektoral (Span.: pectorales, die Brust betreffend)**: zur Behandlung von Katarrhen, Erkältungen und anderen Brustkrankheiten
- **Sedative (Span.: sedantes, Schmerzmittel)**: zur Schmerzlinderung, zur Milderung nervöser Erregungszustände
- **Wurmmittel (Span.: vermífugo)**: zur Eliminierung von Würmern aus dem Darmbereich
- **Verletzungsmedizin (Span.: vulnerarios)**: gegen Schläge, Verletzungen, Verstauchungen, Brüche etc. (S.20, resp. Rückseite).

## Wunderbare Heilrezepte

Für die Nerven (Emotionalität, Kopfschmerzen, Migräne, nervöse Erregungszustände, Nervenschwäche (Neurasthenie, etc.)

**Orangentee (Span.: infusión del naranjo) - Lindenblütentee (Span.: tilo) - Baldriantee (Span.: valeriana) - Kamillentee (Span.: flor de manzanilla)**

In den Fällen einer übermäßigen Emotionalität, oder Kopfschmerzen, Migräne, nervöse Erregungszustände, Nervenschwäche (Neurasthenie) etc. kommen die Pflanzen zur Anwendung, die Nervositäten dämpfen, wie die Blüten des Orangenbaums, die Lindenblüte, der Baldrian, oder die Blüten der Kamille. Sie werden als Tee angewandt, (der Baldrian als Sud). Pro Tasse Wasser wird ein Kaffeelöffel der Blüten verwendet, dreimal täglich. Vermeiden Sie Kaffee, Tabak, Alkohol und andere anregende Mittel.

**Tees mit Wirkungen auf die Nerven, gegen Emotionalität, gegen Kopfschmerzen, Migräne, nervöse Erregungszustände, Nervenschwäche (Neurasthenie) etc.**



Orangenblütentee stützt die Nerven, wirkt gegen Kopfschmerzen und gegen Migräne



Lindenblütentee stützt die Nerven, wirkt gegen Kopfschmerzen und gegen Migräne



Baldrian-Sud stützt die Nerven, wirkt gegen Kopfschmerzen und gegen Migräne



Kamillentee stützt die Nerven, wirkt gegen Kopfschmerzen und gegen Migräne

# Schlaflosigkeit

## Bäder - ein Kamillenzweiglein

### Behandlung.

Da die Schlaflosigkeit verschiedene Ursachen hat, so muss man diese verschiedenen Ursachen auch ordentlich behandeln. Dabei helfen die heissen Bäder vor dem Schlafengehen sehr. Um einen tiefen und erholsamen Schlaf zu erreichen, lege man einen Zweig Kamille unter das Kopfkissen. Die Resultate sind sehr gut. Man meide anregende Getränke wie Kaffee, und man sollte vor dem Schlafengehen nichts essen.

### Heisse Bäder am Abend und Kamille für einen guten Schlaf



Ein heisses Bad entspannt den Körper und führt zu einem guten Schlaf



Ein heisses, natürliches Thermalbad entspannt den Körper und führt zu einem guten Schlaf



Ein Kamillenzweig unter dem Kopfkissen führt zu einem guten Schlaf.

## Für Personen, die unter Magenkrämpfen leiden

**Einreibungen mit Rosmarin (Span.: romero) - grosser Stechapfel (Span.: flor de floripondio) - Bienenhonig - Hühnerfett - Terpentin - Kampfer (Span.: alcanfor) - Sonnenbrand (Span.: sol quemada?)**

Da muss man die folgende Einreibung fortlaufend anwenden, wenn man wirklich den Willen hat, gesund zu werden. Die Salbe wird auf der Basis von Rosmarin, Stechapfelblüte, Bienenhonig, Hühnerfett, Terpentin, Kampfer und Sonnenbrand (sol quemada?) hergestellt. Unmittelbar nach der Anwendung empfiehlt es sich, das Bett zu hüten; deswegen sollte man die Anwendung vorzugsweise am Abend machen.

## Bestandteile der Salbe gegen Magenkrämpfe



Rosmarin, ein Bestandteil der Salbe gegen Magenkrämpfe



Stechapfelblüte, ein Bestandteil der Salbe gegen Magenkrämpfe



Bienenhonig, ein Bestandteil der Salbe gegen Magenkrämpfe



Hühnerfett, ein Bestandteil der Salbe gegen Magenkrämpfe



Terpentin, ein Bestandteil der Salbe gegen Magenkrämpfe



Kampferöl, ein Bestandteil der Salbe gegen Magenkrämpfe

+ Sonnenbrand [?].

# Steigerung der Produktion der Muttermilch

## Die Quinoa-Pflanze: Kochen der Quinuasamen in Wasser oder Milch / im Milchfett - mit Hafer oder / und Milch einnehmen

Die Quinoa-Pflanze ist eine der ursprünglichen Pflanzen von Peru und Bolivien. Quinoa ist nicht nur ein Nahrungsmittel, sondern auch eine Heilpflanze. Sie hat harntreibende, schleimlösende und eine erfrischende Wirkung, Die in Wasser mit Milch oder Milchfett gekochten Samen erhöhen die Milchproduktion der entbundenen Frauen. Einnehmen mit Hafer und Milch oder nur mit Milch ein.

### Bestandteile für das Getränk zur Förderung der Muttermilch



Pflanzen und Samen der Quinoa-Pflanze. Die Samen sind Bestandteil des Getränks zur Förderung der Muttermilch



Eine Flasche Wasser und frische Milch vom Bauernhof mit den natürlichen Fettbestandteilen braucht es als Teile des Breis zur Förderung der Muttermilch.

### Anwendung

Die Quinoa-Samen in Wasser mit Milch oder mit Milchfett kochen. Mit Hafer und Milch oder nur mit Milch einnehmen.





Haferkörner kann man dem gekochten Brei eventuell hinzufügen, um die Muttermilch zu fördern

(S. 4)



Brennnesseln fördern ebenfalls die Muttermilch [10].

[Milch gemäss der [Blutgruppenmedizin von Herrn Dr. D'Adamo](#):

- Kuhmilch (Vollmilch) ist nur für die Blutgruppe B positiv, für die anderen Blutgruppen schädlich
- Kuhmilch (Magermilch) ist für die Blutgruppen B und AB positiv, für die anderen Blutgruppen schädlich

- Kokosmilch ist nur für die Nicht-Sekretoren der Blutgruppe A akzeptabel, für alle anderen Blutgruppen schädlich
- Mandelmilch ist für alle Blutgruppen akzeptabel, ausser für die Sekretoren der Blutgruppe 0
- Sojamilch ist akzeptabel, aber schädlich für die Nicht-Sekretoren der Blutgruppen 0, AB und für die Sekretoren der Blutgruppe B; positiv für die Sekretoren der Blutgruppe A
- Ziegenmilch (Geissenmilch) ist positiv für die Blutgruppen B und AB, schädlich für die Blutgruppe 0 und für die Nicht-Sekretoren der Blutgruppe A].

## Die Behandlung entzündeter Nieren

**Leinsamen (Span.: Linaza) - Gerste (Span.: cebada) - Indiotee (Span.: té indio) für Nieren, Gallenblase (Span.: vesícula), Harnblase (Span.: vejiga) und Prostata**

Zwei Kaffeelöffel Leinsamen und drei Esslöffel Gerste werden geröstet; dann wird etwas Schachtelhalm hinzugefügt, und dann das Ganze 10 Minuten gekocht. Dies nehme man dreimal täglich ein. Man kann je nach Geschmack einige Tropfen Zitrone und Zucker hinzufügen.

Der Indiotee [flor de arena [21], tiquillia paronychioides [22]] hilft ebenfalls, die Rückstände, die sich in den Nieren angesammelt haben, zu beseitigen, ebenso in der Gallenblase, in der Harnblase, und in der Prostata.

Übertriebene Aktivitäten und die Arbeit, die die Nieren mit der Isolierung giftiger Substanzen im Blut haben, irritiert die Nieren und verstopft sie, und dann gibt der Organismus das charakteristische Zeichen der Nierenschmerzen.

### Behandlung von Nierenentzündung mit Leinsamen, Gerste und Schachtelhalm

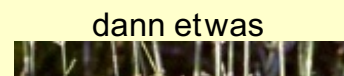
Für die Nieren: Man röste  
Leinsamen und Gerste



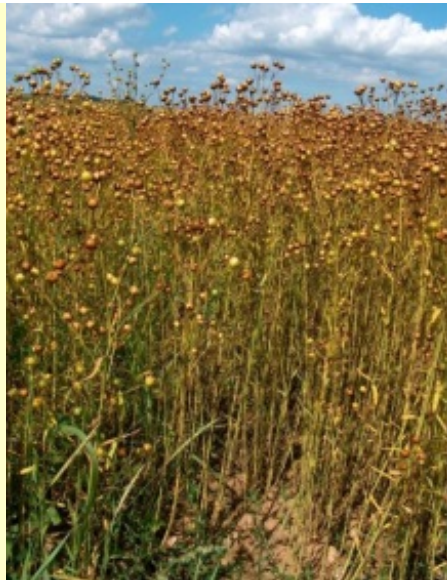
+



+



dann etwas



Leinsamen mit Kapseln



Braune Leinsamen



Gelbe Leinsamen



Sommergerste



Gerstenkörner



Schachtelhalm

hinzufügen

10 Minuten in Wasser kochen, dann einige Tropfen Zitrone und Zucker nach Geschmack hinzufügen.



Indiotee (flor de arena),  
Pflanzen



Indiotee (flor de arena),  
Kapseln

oder

man kann zur Reinigung von Nieren, Gallenblase,  
Harnblase und Prostata auch Indiotee (flor de arena)  
einnehmen.

# Gegen den hohen Blutdruck

## Grapefruitsaft



Grapefruitsaft und eine ausgewogene Ernährung gegen hohen Blutdruck

In ein Gefäss werden zwei grosse, reife Grapefruits ausgedrückt und der Inhalt in zwei Portionen pro Tag eingenommen. Diese Behandlung soll man 2 Wochen lang einhalten. So wird man erreichen, dass man die Symptome vertreibt, die sich bei erhöhtem Blutdruck in unserem Organismus ergeben.

Wenn man die Behandlung weitermachen möchte, so wird empfohlen, die Dosis auf ein Glas pro Tag zu reduzieren. Der Trunk wird nüchtern eingenommen. Auch die Ernährung des Patienten sollte nicht vernachlässigt werden. Sie sollte ausgeglichen sein.

[Diese ausgeglichene Ernährung hängt in weiten Teilen auch von der Blutgruppe ab, siehe [Blutgruppenmedizin von Dr. D'Adamo](#)].

### Ausgeglichene Ernährung gemäss Blutgruppenernährung gegen hohen Blutdruck



Menü mit Salaten. aut für die



Blutgruppen A und AB

Menü mit Fleisch, gut für die Blutgruppen 0 und B, nur ausnahmsweise für die Blutgruppen A und AB (für Blutgruppe B ist Hühnerfleisch schädlich).

## Beseitigung von Mitesser, Furunkel und Pickel [sowie "chupos"?)

### Schachtelhalm gegen Mitesser, Furunkel und Pickel



Schachtelhalm bewirkt die Ausscheidung der giftigen Reststoffe im Blut, und dadurch heilt es Mitesser, Furunkel und Pickel. Man nehme den Schachtelhalmtee dreimal täglich mit Zucker ein, und - je nach Geschmack - mit Zitronentropfen.

Der Schachtelhalm bewirkt die Heilung verschiedener Krankheiten, und hat eine hemostatische (blutstillende), diuretische (harntreibende), hepatische (die Leber heilende) und depurative (reinigende) Wirkung.

Seine blutreinigende Funktion bewirkt die Ausscheidung der giftigen Reststoffe. So können ausgezeichnet Mitesser, Furunkel und Pickel bekämpft werden.

Für all diese Fälle erhitze man 50 Gramm Schachtelhalm und trinke das Präparat dreimal täglich mit Zucker nach Geschmack und mit einigen Tropfen Zitrone.

(S. 5)

## Zur Erhaltung der Schönheit

## Ein Schönheitsbad: Ein Topf mit Flusswasser + gehackte Zwiebel + Anden-Lupine (Span.: tarwi, chocho) + Landveilchen (Gaiadendrum punctatum)

Es existieren einige Bäder, die nicht nur die Haut schön erhalten, sondern gleichzeitig auch die nötige Ruhe vermitteln, die man benötigt, um sein physisches Äusseres zu erhalten.

Bereiten sie folgendes Bad vor: Wasser, am besten aus dem Fluss [aus einem sauberen Fluss] in einen grossen Topf gesiebt [z.B. mit einem Stoff oder einem Nylonstrumpf]. Dem Wasser wird während des Erhitzens gehackte Zwiebel, eine halbe Tasse Reis [am besten Vollkornreis] und eine Portion gemahlene Anden-Lupine [Span.: Tarwi] sowie eine ebensolche Menge ähnliche Landveilchen [Span.: violetas de campo, Lat.: Gaiadendrum punctatum] hinzugegeben.

Nun werden alle die Inhaltsstoffe eine halbe Stunde lang gekocht.

Dann soll das Ganze etwas abkühlen und wird in eine grosse Schüssel gegeben. Dann kann man zum Bad übergehen, und es wird wirklich gesundheitlich ansprechende Resultate bringen.

### In 30 Minuten eine Schönheitssuppe kochen



Sauberes Flusswasser in einen Kessel filtern

+



Gehackte Zwiebel, ein Teil des Schönheitsbads

+



Vollkornreis, ein Teil des Schönheitsbads

+



Anden-Lupine (Span.: Tarwi molido, chocho, lat.: *Lupinus mutabilis*), ein Teil des Schönheitsbads

+



Landveilchen (Span.: Violeta de campo, lat.: *Gaiadendrum punctatum*), ein Teil des Schönheitsbads

### Anwendung

Die Mischung 30 Minuten in einem Kessel kochen, etwas abkühlen lassen, und dann zum Bad übergehen.

## Gegen Haarausfall

**Knoblauch - Canchalagua / Cachalagua - Drachenblut - Brennnesseln**

### Mit Knoblauch

Man zerquetsche so viel Knoblauchzehen, so dass 100 Gramm Knoblauchmasse entsteht, die dann auf dem Kopf einmassiert wird, bis die Kopfhaut sie völlig aufgenommen hat. Dann bedecke man den Kopf bis zum nächsten Tag mit einem Handtuch. Sodann wird der Kopf mit lauwarmem Wasser abgespült. Wiederholen Sie die Behandlung, wann immer Sie können.

### Knoblauchmasse zur Förderung des Haarwuchses



Knoblauchzehen zerdrücken bis zu einer Knoblauchmasse von 100 g, dann die Masse in die Kopfhaut einmassieren - dann den Kopf mit einem Handtuch 12 Stunden lang bedecken - dann mit lauwarmem Wasser abspülen - und so oft wie möglich wiederholen.

**Mit Canchalagua [oder Cachalagua [20], lat. schkuhria pinnata]**

Man kann den Kopf gegen Haarausfall auch mit eingeweichtem Canchalagua [mit einer Lösung aus lat. schkuhria pinnata] einreiben, die die Haarwurzeln belebt, und die die vorzeitige Glatzenbildung behindert. Zur Herstellung der Marinade nehme man 30 Gramm Canchalagua auf ein Liter Wasser.

**Canchalagua-Wasser für mehr Haarwuchs**



30 Gramm Canchalagua zerstoßen und daraus eine Lösung mit 1 Liter Wasser herstellen - dann in die Kopfhaut einmassieren - sodann den Kopf 12 Stunden mit einem Handtuch bedecken - dann mit lauwarmem Wasser abspülen - so oft wie möglich wiederholen.

**Mit Drachenblut [Span.: sangre de grado]**

Massieren Sie Drachenblut ("sangre de grado") in ihre Kopfhaut ein, bis die Flüssigkeit ganz in die Kopfhaut eingezogen ist. Dann bedecken Sie den Kopf bis zum nächsten Tag, und dann spülen Sie den Kopf mit lauwarmem Wasser ohne Seife ab.

**Drachenblut ("sangre de grado") für mehr Haarwuchs - und gegen Schuppen**





Man mache eine Kopfhautmassage mit Drachenblut - den Kopf 12 Stunden bedecken - den Kopf lauwarm ohne Seife abwaschen - immer wiederholen.

Die rote Flüssigkeit "Drachenblut" ("sangre de grado", auch "sangre de drago") kommt aus tropischen Baumstämmen des peruanischen Urwalds, wenn man die Rinde ritzt. Wenn man Drachenblut in die Haut einmassiert, so wird die Flüssigkeit leicht weiss-schaumig. Drachenblut hat einen blutstillenden Effekt. Wunden heilen damit schneller. Drachenblut hat auch eine desinfizierende Wirkung für Scheidenspülungen, gegen Herpes, Schuppen, Dermatitis, gegen Zahnfleischentzündungen, desinfiziert den Mundraum, wirkt gegen Brustschmerzen und gegen Hämorrhoiden. [1]

### Mit Brennnesseln



Auch Brennnesseln wirken gegen Haarausfall. [10]

# Eliminierung von Schuppen

## Die Kopfhaut mit Aloe Vera reinigen - und die Schuppen verschwinden

Nehmen Sie ein Kaktusblatt von Aloe Vera (Span.: sábila) und schneiden Sie das Kaktusblatt an der Längsseite auf, wie wenn es Brot wäre. Mit dem Fruchtfleisch [das den Gel enthält] wird nun die gesamte Kopfhaut samt allen Haaren eingerieben [bis die weisse Masse keinen Gel mehr enthält]. Man lasse den Gel 10 Minuten einwirken und spüle dann den Kopf mit lauwarmem Wasser ab. Dreimal wöchentlich sollte man die Anwendung wiederholen.

### Gegen Schuppen: Aloe Vera 10 Minuten in die Kopfhaut einwirken lassen



Aloe Vera (Span.: sábila), der gesamte Kaktus, gegen Schuppen



Aloe Vera, die Kaktusblätter, gegen Schuppen



Aloe Vera, frisch geschnittene Gelstreifen aus den Kaktusblättern, gegen Schuppen



Aloe Vera, Gel, gegen Schuppen

Man schneidet - eventuell mit Lederhandschuhen und einem grossen Messer - ein Blatt des Aloe-Vera-Kaktus ab - [dann stelle man das Blatt während 12 Stunden in einen Topf mit etwas Wasser, so dass das gelb-rote Jod herausfließt, denn Jod brennt auf der Haut] - dann wird das Aloe-Vera-Blatt der Länge nach Bedarf aufgeschnitten und das Fruchtfleisch herausgeschnitten - dann das Fruchtfleisch auf dem Kopf einreiben, bis nur noch die weisse Masse ohne Gel übrigbleibt - 10 Minuten in die Kopfhaut einwirken lassen - den Kopf mit lauwarmem Wasser abwaschen - die Anwendung 3 mal pro Woche wiederholen.

## Waschung der Kopfhaut gegen Schuppen mit Zitronen und Zwiebelsaft

Man drückt auf dem Kopf 3 Zitronen aus und massiert den Zitronensaft 10 Minuten in die Kopfhaut ein. Dann wird der Kopf mit Zwiebelwasser ab gespült, und so verschwinden die Schuppen.

### Zitronensaft und dann Zwiebelwasser gegen Schuppen

Der Saft von 3 Zitronen 10 Minuten in die Kopfhaut einmassieren.



Zitronen



Grüne Zitronen

Nun - oder vorher - bereite man Zwiebelwasser zu, um damit die Kopfhaut lauwarm abzuspülen.



Zwiebeln

[Man muss also akzeptieren, dass der Kopf etwas nach Zwiebeln riecht...]

(S. 6)

## Zur Reduzierung des Gewichts

### **Bittertee ("té amargo") - und Ernährungsumstellung**

Nehmen Sie zweimal täglich eine Tasse Bittertee ein, vorzugsweise beim Aufstehen und beim Zubettgehen.

Empfehlenswert ist es auch, eine Viertelstunde vor den Mahlzeiten einen Esslöffel Puderzucker einzunehmen.

Diese Behandlung sollte mit einer Diät begleitet werden, die viel Früchte und Gemüse beinhaltet. [Künstliche] Fette und Mehle sind zu vermeiden.

### **Gewichtsabnahme: mit Bittertee (Span.: té amargo) - Puderzucker - Früchten und Gemüse - Spargel**



Gewichtsabnahme: Bittertee einnehmen (aus bitteren Kräutern, z.B. mit Tausend-Guldenkraut, Wermut, Kalmuswurzeln und Enzianwurzeln [23]), beim Aufstehen und beim Zubettgehen einnehmen

Gewichtsabnahme: Puderzucker immer eine Viertelstunde vor den Mahlzeiten



einnehmen



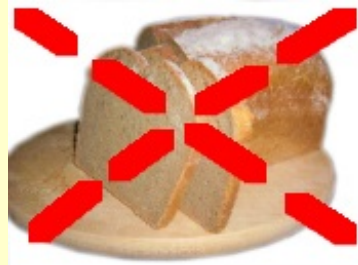
Gewichtsabnahme: viele Früchte und Gemüse essen

[Das beste ist es, Früchte und Gemüse gemäss der Blutgruppenmedizin einzunehmen, weil nicht jede Frucht und jedes Gemüse für jede Blutgruppe gleich gut ist. Gemüse, die für alle Blutgruppen (0, A, B und AB) positive Wirkung haben, sind Brokkoli, Grünkohl, Pastinake und Karotten (Blätter und Wurzeln). Positive Früchte für alle Blutgruppen sind Ananas, Heidelbeeren, Feigen, Kirschen, Pflaumen und Baumnüsse. Positiv wirkende Öle für alle Blutgruppen sind Olivenöl und Baumnussöl. Gewürze, die für alle Blutgruppen positiv wirken, sind Ingwer und Petersilie (Peterli). Essig ist für alle Blutgruppen schädlich ausser für Blutgruppe B. Die grosse Tabelle über die Ernährung gemäss Blutgruppen ist [hier](#)].



Gewichtsabnahme: Pommes Frites mit Ketchup sind verboten, wenn Sie Gewicht verlieren wollen

[Die künstlichen Fette wie das Fett, in dem die Pommes Frites gegrillt werden, schädigen die Leber, blockieren den Stoffwechsel und bewirken so Übergewicht. Im Ketchup ist auch Essig, der nur für die Blutgruppe B akzeptabel ist. Natürliche Fette wie in der Butter sind nicht schädlich, sondern werden vom Körper sogar benötigt].



Wenn Sie Ihr Gewicht reduzieren möchten, sind Mehlprodukte nicht empfehlenswert. Man sollte also die Mehlprodukte reduzieren.

[Dies bezieht sich vor allem auf Weizenmehle, die sehr schädlich sind. Andere Getreide sind je nach Blutgruppe nicht schädlich und bewirken keine Gewichtszunahme, siehe die [Tabelle über die Ernährung gemäss Blutgruppen](#). Leider werden die alten Getreidesorten wie Dinkel und Amaranth in vielen Ländern kaum angebaut. Mehle mit alten Getreidesorten gibt es dort dann auch nicht zu kaufen, und die Bevölkerung weiss nichts von der Vergiftung durch Weizen, weil die Journalisten schlafen. Wer in Europa in der Bäckerei ein Dinkelbrot oder

Amaranthbrot kauft, muss damit rechnen, dass das Brot immer noch zu 30% Weizenmehl enthält. Die Angestellten wissen nichts davon. Dieser Betrug ist bis heute auch legal. Man sollte also dazu übergehen, das Brot selbst zu backen, um auch diesen Brotbetrug auszuschalten. Eventuell sollte man sogar das Mehl selber schroten, um jeglichen Betrug am Brot auszuschliessen. Denn man weiss nicht, was im gekauften Mehl enthalten ist].

### **Spargel zur Gewichtsabnahme**

Das Abkochen von fleischigen Spargelköpfen und Spargelspitzen - in Portionen von 10 oder 15 Stück - bewirkt, dass das Wasser wie ein wirksames Schlankheitsmittel wirkt.



Spargelköpfe



Spargelspitzen

Das Wasser von fleischigen Spargelköpfen und Spargelspitzen wirkt zur Gewichtsabnahme.

## Die Heilung von Magenverstimmungen

### **Wohlriechender Gänsefuss gegen Magenverstimmung**

(Span.: El paico ("amash")) [Epazote, lat. *chenopodium ambrosioides* [24]]



Sud von Blättern des Wohlriechenden Gänsefuß gegen Magenverstimmung

Von Magenverstimmungen sind meistens die Kinder betroffen. Symptome sind Anschwellen des Magens, starke Schmerzen sowie Erbrechen und Durchfälle. Um einer Magenverstimmung zu begegnen, empfiehlt sich besonders die Behandlung mit den Ästchen des Wohlriechenden Gänsefuß (Span.: "amash"). Wahrscheinlich ist Ihnen diese Bezeichnung total unbekannt. Wenn man aber PAICO sagt, dann versteht man sofort, was gemeint ist.

Man kocht in einem Liter Wasser einige Mengen Blätter des Wohlriechenden Gänsefuß und trinkt den Inhalt täglich auf nüchternen Magen.

Dosis für Kinder: drei Kaffeelöffel. Erwachsene: eine halbe Tasse.

### **Kamille gegen Magenverstimmung**



Sud von Kamille gegen Magenverstimmungen

Das Kamillenwasser wird vom Körper schnell aufgenommen, mit schneller Wirkung gegen die Magenverstimmung.

## Chiloñuchcu [?]

Die Behandlung der Magenverstimmung kann man in unseren Bergen noch schneller vollziehen, wenn man den Saft eines Strauchs namens "Chiloñuchcu" einnimmt, deren Blätter purpurrot sind, mit einem gelben Zentrum. Einige unserer Kräuterverkäufer besitzen diesen herrlichen Strauch unserer Anden.

[Im Internet auf google ist nichts über diese wichtige Pflanze zu finden (Januar 2009)].

## Behandlung von Sklerose oder Krätze

### Färberstrauch (Span.: tara) gegen Krätze



Der Sud des Färberstrauchs wirkt gegen Krätze

Man wasche sich die betroffene Körperstelle mit lauwarmem Wasser und Seife. Dann wird die Körperstelle mit Zitrone ohne Zucker abgespült. Nachdem die Körperstelle abgetrocknet ist, wird die Zone mit dem Sud des Färberstrauchs eingetränkt und soll dann von selbst abtrocknen. Sodann wird die Körperstelle mit Zitronensaft eingerieben und 15 Minuten so belassen. Zuletzt wird die Körperstelle mit einem weichen Tuch bedeckt, und jeder Verband soll nach Gebrauch sofort fortgeworfen werden.

Diese Behandlung soll zweimal täglich ununterbrochen über 10 Tage vorgenommen werden.

# Gegen Husten

**Hustentees mit Senecio tephrosioides (Span.: huamanripa) - Eukalyptus - Knoblauch - Kalabassenbaum (Span.: tutuma)**

Um den Husten zu besiegen empfehlen sich heiße Tees mit Senecio tephrosioides (Span. Huamanripa) [lat. senecio tephrosioides], eine Tasse 5 bis 6 mal täglich. Ebenso nützlich sind Eukalyptus, Knoblauch und Kalabassenbaum (Span.: tutuma).

## Naturmedizin gegen Husten



Tee mit Senecio tephrosioides (Span. huamanripa) gegen schweren Husten und gegen Bronchialkrankheiten [2]



Eukalyptus gegen Husten



Knoblauch gegen Husten



Der Kalabassenbaum [lat. crescentia cujete [5]] ist ein Fruchtbaum des peruanischen Urwalds. Die Schale der Frucht ist so hart wie bei der Kokosnuss, und [das Fruchtfleisch der Frucht] ist medizinisch gegen viele Krankheiten anwendbar [3]. Der Baum wird auch "huinco" genannt [4].

Der Kalabassenbaum wird auch "totumo" genannt. Die Früchte enthalten ein Fruchtfleisch aus zusammengesetzten Polifenolen, mit antibakterieller Wirkung, z.B. gegen Husten [7].





Kalabassenbaum (Span.: tutuma), ein Kürbisbaum [6].



Kalabassenbaumblüte

(S. 7)

## Für die Wechseljahre

**Erfrischungen für den Körper - keine belastende Ernährung - wenig Stress - viel frische Luft**



Wichtig während der Menopause: ein offenes Fenster mit frischer Luft [wenn es gute Luft ist...]

Die Menopause verlangt von der Frau eine grosse Anstrengung, weil viel verbrauchtes Körpermaterial ausgestossen wird, so wie es mit der Menstruation geschieht. Also sind mit den Wechseljahren gewisse Schmerzen verbunden. Zu den körperlichen Krankheiten kommen emotionale Schwierigkeiten hinzu. Wenn man diese nicht zu beherrschen lernt, können sie zu schlimmen Krankheiten führen. Hier haben wir die Ratschläge für all jene Personen, die diese Etappe in ihrem Leben erreicht haben.

[Früher, in Zeiten vor der Bibel oder zu biblischen Zeiten existierte diese Problem der Wechseljahre gar nicht, weil die Frauen oft an Geburten starben. Die Menschen starben generell mit 40 bis 45 Jahren].

## **Der Tagesbeginn**

Reiben Sie den Körper mit kaltem Wasser ein, und - ohne sich abzutrocknen - gehen Sie wieder ins Bett, bis die Feuchtigkeit vorüber ist. Sodann atmen Sie tief und machen Sie Übungen an der frischen Luft, soweit dies der körperliche Zustand der Betroffenen zulässt.

## **Die Mittagsruhe**

In der Zeit der Mittagsruhe ist ein Mittagsschlaf eine Stunde nach dem Mittagessen empfehlenswert, bei bedecktem Baum, um Verdauungsschwierigkeiten zu vermeiden oder zu lindern.

## **Die Ernährung**

Es empfiehlt sich, nichts zu essen, wenn man keinen Appetit hat. Früchte und Salate [Bioprodukte mit vielen natürlichen Mineralien aus nicht manipulierten Böden] sind eher zu empfehlen als Würste, fettiges Gebratenes und [scharfe, die Leber belastende] Gewürze wie Pfeffer. Was die Brote betrifft, so ist Weizen-Vollkornbrot oder Weizen-Toastbrot vorzuziehen, um Verstopfung zu vermeiden. Nehmen Sie Ihre Nahrung gemächlich und ruhig zu sich, um die Verdauung zu verbessern [denn die Verdauung beginnt durch gutes Kauen bereits im Mund].

[Um die Ernährung zu optimieren, konsultieren Sie die [Blutgruppenernährung gemäss Dr. D'Adamo](#)].

Vermeiden Sie unbedingt das Rauchen.

## **Räumlichkeiten**

Es zeigen sich sehr gute Resultate - sei es im Winter oder im Sommer - wenn man bei offenem Fenster schläft und die Räume perfekt durchlüftet sind. Man vermeide den Aufenthalt im Bett während des Tages. Am Tag vergeht die Schläfheit, und es herrscht Aktivität während der restlichen Stunden am Tag.

# **Die Wiederauffrischung trockener Haut im Gesicht**

## **Gesichtsmaske mit Eigelb + Olivenöl + Kuhmilch**

Man nehme 2 Eigelb und füge einen Teelöffel Öl hinzu und bedecke die Haut mit dieser Mischung. Nach einer halben Stunde wird die Haut mit lauwarmem Wasser abgewaschen, und dann lasse man die Haut von alleine trocknen. Sodann reibe man tränke man die Haut mit Kuhmilch und lasse sie von allein trocknen. Am nächsten Tag wäscht man die Haut mit lauwarmem Wasser ohne Seife. Diese Behandlung sollte 2 mal wöchentlich vorgenommen werden.

## Trockene Haut im Gesicht wiederauffrischen

2 Eigelb



Öl (z.B.  
Olivenöl)



mischen und die Haut damit 30 Minuten lang bedecken, dann mit lauwarmem Wasser waschen und trocknen lassen

dann die Haut mit Kuhmilch tränken



und trocknen lassen. Am nächsten Tag waschen.

### [Biologische Produkte

Die Behandlung wird von Ort zu Ort unterschiedlich ausfallen, je nachdem, wie biologisch oder chemisch die Produkte sind. Pasteurisierte Milch oder Magermilch wird nicht viel Wirkung haben. Pestizide in der Milch werden der Haut eher schaden als nützen. Dieselben Zusammenhänge gelten auch für Eier. Also müssen es unbedingt biologische Eier, kaltgepresste Öle, und biologische, nicht entrahmte Milch sein. Und die Erde darf nicht verseucht sein, auf der die Hühner und Kühe fressen, und auf der die Oliven wachsen. In der Sierra von Peru ist bis heute noch alles "biologisch"].

(S. 8)

## Zur Stärkung des Gehirns

### Apfelsaft + Hafer oder Quinoa stärkt das Gehirn

Um das Gehirn zu stärken, ist die Einnahme von Apfelsaft sehr empfehlenswert. Der Apfel kann mit Hafer und Quinoa zubereitet werden. Die Äpfel sollen vorzugsweise halb grün sein.

### Stärkung des Gehirns mit Apfelsaft + Hafer oder Quinoa

Apfelsaft mit halb grünen Äpfeln

kann mit Hafer eingenommen werden

oder mit Quinoa.

Apreisart mit naib grunen Aprein



### **Waschungen und Präparate auf der Basis von Fröschen**

In einer Walke [einer Walkmühle zur Verdichtung von Materialien [26]] werden etwa 5 Frösche zermahlen. Dann kocht man die Frösche in einem Tongefäß mit frischem Wasser. Dann siebt man das Präparat, lässt es abkühlen und wäscht sich den Kopf damit, ohne sich abzutrocknen. Im Gegenteil, man soll den Kopf mit einem Flanell-Handtuch bedecken. Diese Waschung soll vier mal an einem Tag erfolgen.

### **Zur Stärkung des Gehirns - [und der Augen]**

#### **Suppe "Töte den Verrückten" (Span.: "Mataloco") mit Fröschen**

Zwischendurch kann man eine mit Weisswein versetzte Froschsuppe einnehmen. Der Frosch muss zuvor auseinandergenommen und der Kopf und die Eingeweide entfernt werden. Man nehme diese Suppe fortlaufend ein, und so wird man ein ausgezeichnetes Gedächtnis bekommen, sowie auch eine befriedigende geistige Gesundheit.

Das Sehen verbessert sich ebenfalls mit diesem herrlichen Naturprodukt.

[Vielleicht ist es humaner, das Gehirn mit der [Blutgruppenernährung](#) zu stärken, als Frösche zu töten].

### **Zuckungen und schmerzhaft Spasmen**

#### **Avocado-Kern-Wasser gegen Zuckungen und schmerzhaft Spasmen**



Mit einem Avocado-Kern, geröstet und erhitzt, kann man ein Wasser gegen Zuckungen und schmerzhafte Spasmen zubereiten

Man röste einen gehackten Avocado-Kern und koche ihn 10 Minuten in einem Liter Wasser. Dann nimmt man 3 mal täglich eine Tasse des Suds.

## Die Entfernung von Würmern

### Kürbiskerne gegen Würmer



Entschalte Kürbiskerne gegen Würmer

Man entschalt Kürbiskerne, bis man etwa 20 entschaltete Kürbiskerne hat. Dann zerkleinert man sie und fügt genügend Zucker hinzu. Dann kocht man das Ganze in einem Glas Milch und fügt ein Zweiglein eines guten Krauts hinzu. Nach 3 Minuten Kochen lässt man das Ganze je nach Geschmack abkühlen und nimmt vor dem Schlafengehen eine Tasse ein, sowie eine Tasse nüchtern beim Aufstehen, über zwei aneinanderfolgende Tage.

(S.9)



Selleriesamen zeigen ebenfalls Wirkung gegen Würmer.

Die Selleriewurzeln sind sehr gute Vorspeisen, und die Samen gebraucht man, um Darmwürmer zu töten und zu eliminieren.

(S.10)

## Bandwurm

### Wermut gegen Bandwurm



Wermut gegen Bandwurm

Um den Bandwurm zu bekämpfen, der sich in den Gedärmen entwickelt hat, wendet man folgendes Rezept an. Man kocht 5 Minuten lang 15 Gramm Wermut in einer Tasse Wasser. Man nehme den Wermut-Sud über 3 Tage hinweg vor dem Schlafengehen ein. Man wiederholt dies mit derselben Dosis über 7 Tage, und dann eine weitere Dosis bis zu 14 Tagen.

Wenn der Bandwurm herauskommt, muss man überprüfen, dass der Kopf vernichtet wird. Wenn nicht, vermehrt sich der Bandwurm weiterhin. Der Bandwurm wird durch Schweinefleisch übertragen, wo er sich normalerweise aufhält.

# Durchfälle

## Reis - Karotten (Rüebli) gegen Durchfälle

Karotten (Rüebli) werden in Stücke geschnitten, dann zusammen mit Reis in einem Liter Wasser bis zum Kochen erhitzt und dann das Rüebli-Reis-Wasser 3 mal täglich eingenommen.

**Ein Wasser gegen Durchfälle mit Karotten und Vollkornreis**

Geschnittene Karotten mit Reis bis zum Kochen erhitzt



und das Karotten-Reis-Wasser einnehmen.

(S.9)

## Leichte Abführmittel

### Inga feuillei (Span.: pacay) - flor blanca

Man besorge sich 3 Kerne von der Pflanze Inga feuillei (Span.: pacay), mahle sie und koche das Schrot 10 Minuten lang in einer halben Tasse Wasser. Der Trunk soll nüchtern eingenommen werden, begleitet von reichlich Zitronensaft oder Orangensaft, damit der Darminhalt bis auf den Grund flüssig wird. Bis sich der Darm bewegt, isst man leichte Kost. 7 Tage später kann man die Prozedur wiederholen.

Der Tee aus Blättern und Wurzeln der Tabernaemontana amygdalifolia (Span.: flor blanca) wirkt kalt eingenommen vor dem ins Bett gehen wie ein gut wirkendes Abführmittel.

### Leichte Abführmittel mit *Inga feuillei* oder *Tabernaemontana amygdalifolia*



*Inga feuillei* mit Früchten: Geröstete, gemahlene Kerne als Tee wirken als Abführmittel



Ein Tee aus *Tabernaemontana amygdalifolia* (Span.: flor blanca) ist ein wirksames Abführmittel.

## Starkes Abführmittel

### Starke Abführmittel: Samen der Avilla - Drachenblut + Zitronensaft / Orangensaft

Um den Magen mit einem starken Abführmittel zu entleeren, esse man 1/4 eines Samens der Avilla [?]. Daraufhin trinkt man ein Glas lauwarme Milch. Bis sich der Bauch dreimal bewegt hat, isst man leichte Nahrungsmittel und keine reizenden Lebensmittel.

Drachenblut ist auch ein gutes Abführmittel.

Aber beide müssen zusammen mit Zitronensaft oder Orangensaft eingenommen werden, um einen guten Effekt zu erzielen.

### Starkes Abführmittel: Drachenblut + Orangensaft





+



Orangensaft

Drachenblutbaum (Span.: sangre de grado, sangre de drago) ist zusammen mit Orangensaft ein starkes Abführmittel.

## Zur Regulierung der Menstruation

### **Sellerie-Püree**

Sellerie wirkt direkt auf die Gebärmutter, da Sellerie ja eine harntreibende (diuretische) Wirkung hat. Sellerie reguliert die Menstruation, wenn man ihn folgendermassen einnimmt:

Man zerschneidet und zerstampft 100 gr Sellerie und kocht ihn in einem halben Liter Wasser. Nach 120 Minuten Kochzeit ist er weich und man nehme den Brei heiss mit Zucker und Zitrone ein, eine halbe Tasse dreimal pro Tag.

Generell ist Sellerie verdauungsfördernd, harntreibend und emenagogisch.

### **Sellerie-Püree zur Regulierung der Menstruation**



## Zur Beseitigung von Menstruationsschmerzen

### Weisswein mit Wermutblüten und Anissamen gegen Menstruationsschmerzen

Man koche 3 Minuten ein halbes Glas Weisswein zusammen mit 10 gr Wermutblüten und 2 gr Anis. Dann nehme man den Trunk 3 mal täglich lauwarm ein.



# Heilung von weissem Ausfluss - Heilung von Rheuma und Hämorrhoiden

## **Brennesseltee + Rosmarin + Maishaar gegen weissen Ausfluss, Rheuma und Hämorrhoiden**

In einem Liter Wasser koche man 20 gr weisse Brennessel, 2 Zweiglein Rosmarin und 10 gr Maishaar. Man trinke den Trunk ohne Zucker, eine Tasse zweimal pro Tag.

### **Brennesseltee mit Rosmarin und Maishaar gegen weissen Ausfluss, Rheuma und Hämorrhoiden**



Man koche einen Tee mit Weisser Brennessel, Rosmarin und Maishaar.

## **Brennessel gegen Husten, Rheuma, Hämorrhoiden und gegen allgemeine Schmerzen**



Die [weisse?] Brennnessel reinigt das Blut, und das hat positive Wirkungen

Die [weisse?] Brennnessel hat die Eigenschaft, das Blut zu reinigen, ausgleichend zu wirken und den Husten zu dämpfen. Darüberhinaus wirkt die Brennnessel gegen Rheuma und gegen Hämorrhoiden. Die gemahlene Brennnesselblätter und bei Anfälligkeit eingenommen lindern allgemeine Schmerzen und rheumatische Schmerzen.

(S. 10)

## Zur Heilung von gelbem Ausfluss

### **Gemahlene Kerne von Inga feuillei (Span.: pacay) + Zitrone gegen gelben Ausfluss**

Die getrockneten und gemahlene Kerne der Pflanze Inga feuillei (Span.: pacay) wirken bei Vaginalspülungen hervorragend und heilen den gelben Ausfluss der Frau. Ein Esslöffel Pulver der Kerne der Pflanze Inga feuillei (Span.: pacay) in einem halben Liter Wasser kocht man 5 Minuten. Dann nimmt man eine Tasse zweimal täglich davon ein; mit dem Rest des Mittels macht man 2 oder 3 Vaginalspülungen pro Tag, wobei man dem Sud nur Zitronensaft einer halben Zitrone hinzufügt.



Das Pulver der Kerne der Pflanze Inga feuillei, gekocht in Wasser, wird eingenommen. Zur Spülung wird Zitrone hinzugegeben.

## Behandlung von Asthma

### **Asthma: Zwiebel + Knoblauch + Zitronensaft - heisser Rotwein**

In einem Liter Wasser werden eine gehackte Zwiebel und 4 Knoblauchzehen mit dem Saft von 3 Zitronen gekocht.

Man nehme vom heissen Sud alle 2 Stunden eine Tasse ein.

Sehr gut hilft auch eine Tasse gekochter Rotwein, den man vor dem Zubettgehen einnimmt.

### Asthmatee: Zwiebel, Knoblauch, Zitrone



Tee mit gehackter Zwiebel, 4 Knoblauchzehen und Saft von 3 Zitronen

### Heisser Rotwein gegen Asthma



Heisser Rotwein wirkt gegen Asthma

## Mandelentzündung (Span.: amigdalitis)

**Gurgeln mit Weissem Rübensaft (Span.: nabo) oder mit Färberstrauch (Span.: tara) - Reinigung des Mundraums mit Zitronensaft oder mit Radieschen**

Zur Heilung der Mandelentzündung soll man den Saft der Weissen Rübe gurgeln, oder des Färberstrauchs. Nach jeder Mahlzeit soll der Mundraum mit dem Betupfen mit Zitronensaft oder Radieschen gereinigt werden.



Weisser Rübensaft gegen Mandelentzündung



Saft des Färberstrauchs gegen Mandelentzündung



Zitronensaft gegen Mandelentzündung nach jeder Mahlzeit



Radieschensaft gegen Mandelentzündung nach jeder Mahlzeit

## Sitzbäder

gegen Verstopfung, Hämorrhoiden, Prostataentzündung, Hodenentzündung, Harnblasenentzündung, Eierstockentzündung, Scheidenentzündung (Vaginitis), Ausflüsse, sexuelle Impotenz etc.



Ein Sitzbad hat viele positive Wirkungen

Dieses Vorgehen besteht darin, dass das Hinterteil in ein grosses Becken mit genug Wasser getaucht wird. Die unmittelbare Wirkung dieses Bades ist die Lösung von Verstopfung und das Lindern von Entzündungen der Unterleibsorgane. Das Sitzbad aktiviert auch die Funktionen der sexuellen Drüsen und der Verdauungsorgane.

Das Wasser kann kalt oder warm sein. Je nach Krankheit, die es zu behandeln gilt, werden verschiedene Medizinalpflanzen hinzugefügt, um die Wirkung zu steigern: Schachtelhalm, Spitzwegerich, Malve, Weinraute, Färberstrauch etc.

### Beispiel von Zutaten für ein Sitzbad



Schachtelhalm in einer Tüte, z.B. von HerboFarma



Spitzwegerich



Blaue Malve



Violette Malve



Weinraute



Färberstrauch

Während man im Sitzbad sitzt, kann man am unteren Bauch mit einem spröden Stoff Einreibungen machen. Dies lohnt sich im Falle von Verstopfung, Hämorrhoiden, Prostataentzündung, Hodenentzündung, Harnblasenentzündung, Eierstockentzündung, Vaginalentzündung (Vaginitis), Ausflüssen, sexueller Impotenz etc.



# Gegen Zahnschmerzen

## **Spülungen mit Salzwasser - kalte Kompressen**

Die Zersetzung der Speisereste im Mund, so wie auch der übermäßige Konsum von Süßigkeiten, produzieren Karies oder Löcher in den Schneidezähnen und Backenzähne, und wenn sie das Mark erreichen, greifen sie die Nerven an und führen zu Schmerzen, die nicht auszuhalten sind. In solchen Fällen empfehlen sich Spülungen mit warmem Wasser mit einem Kaffeelöffel Salz.

Man kann auch kalte Kompressen im Gesicht anwenden, um die Entzündung zu reduzieren.

## Dampfbäder

**Gegen Erkrankungen von Bronchien, Grippe, Erkältung, Nieren, Arthritis, Rheumatismus, Fettleibigkeit, Vergiftungen, Alkoholmissbrauch**

---



Ein Dampfbad hat viele gute Wirkungen

Die Zeichnung des Dampfbades zeigt ein Dampfbad, wie es von Naturheilern angewandt wird. Zuerst wird das Wasser gekocht, dann werden die Kräuter hineingegeben. Die Zeichnung zeigt zwei Töpfe mit Gittersitzen. Ein Dampfbad ist auch nur mit einem Topf zwischen dem Stuhl und den Füßen und mit einem normalen Stuhl möglich. So kann sogar noch weiter mit einem kleinen Gaskocher gekocht werden. Als Kleidung bleibt nur die Unterhose, oder gar nichts. Als Bedeckung gebrauche man eine Decke oder grosse Plastikplanen. "Moderne" Dampfbäder von heute sind die Kräutersaunen.

Die Wirkung des Dampfbads bewirkt Schwitzen und damit die Ausscheidung verschiedener schädlicher Substanzen, die unseren Organismus schädigen. Bei dieser Aktion kann man zum Beispiel die Heilpflanzen einsetzen wie den Eukalyptus, die Salbei, die Kamille, die Molle (molle, lat. schinus molle [8]). Man fügt die Pflanzen in dem Moment zu, wenn das Wasser zu kochen beginnt.

### Einige Zutaten für das Wasser eines Dampfbades





Eukalyptus (Blätter und Blüten) sind Zutaten für das Wasser eines Dampfbades



Blaue Salbei als Zutat für das Wasser eines Dampfbades



Kamille als Zutat für das Wasser eines Dampfbades



Pfefferbaum



Pfefferbaum, Blätter und Früchte, sind Zutaten für das Wasser eines Dampfbades

Diese Behandlung empfiehlt sich zur Heilung von Erkrankungen der Bronchien, Grippe und Erkältungen, Erkrankungen der Nieren, Arthritis, Rheumatismus, Fettleibigkeit, Vergiftungen und Störungen verbunden mit Alkoholmissbrauch.

#### Anwendung

Die einfachste und praktischste Form des Dampfbads ist diejenige, wie es die Abbildung zeigt: Man zieht sich ein grosses Plastik über und stellt darunter den Topf mit dem kochenden Wasser und fängt so den Dampf auf. Am Schluss des Dampfbades reibe man den Körper mit einem feuchten Tuch ab.

(S. 12)

## Behandlung von Diabetes

### Blutgruppenernährung - Ernährungsumstellung - Tees

[Zuerst muss man die [Blutgruppenmedizin](#) konsultieren, mit der es möglich ist, Diabetes II zu heilen. Die Funktionen des Stoffwechsels und der Drüsen werden durch die Blutgruppenmedizin normalisiert].

Oft leidet die Person, die Diabetes hat, unter

- einem unstillbaren Durst
- einem riesigen Hunger
- die Betroffenen ermüden leicht
- schrittweise Gewichtsabnahme
- normalerweise müssen die Betroffenen immer wieder urinieren (auch in der Nacht)
- es kommt zu Sehstörungen
- während des "Komas" oder grossen Attacken kann auch Ohnmacht auftreten.

### Behandlung mit Ernährungsumstellung

Die erkrankte Person muss sich bewusst sein, dass dieses Problem die gesamte Willenskraft erfordert, und dass sie alles vermeiden muss, was die Krankheit verschlimmert, wie der Konsum von raffinierten Mehlen und deren Produkte (Weissbrot, Kuchen, Nudeln, etc.), hefige Nahrungsmittel (Kartoffeln, Yucca, Süsskartoffeln, weisser Reis etc.), zu süsse Früchte (Feigen, Platanos etc.), alkoholische Getränke und Limonaden, gezuckerte Milch, normaler Kaffee und Tabak.

Dagegen sollte man folgendes in den Speiseplan einsortieren: vor allem Salate aus frischem Gemüse: Artischocken, Zwiebeln, Radieschen, Kresse, Kopfsalat etc.; Früchte und Fruchtsäfte wie Grapefruit, Orangen (diejenigen mit Kernen), Äpfel, Pfirsiche, Erdbeeren, Kirschen etc.; geronnene Milch (Span.: "cuajada") oder Jogurt.

[Bitte berücksichtigen Sie die Erkenntnisse der Blutgruppenernährung:

- [- **Orangen** und **Orangensaft** sind nie positiv, sondern für die Blutgruppe B neutral, für alle anderen Blutgruppen 0, A und AB schädlich durch die Säuren
- **Pfirsiche** sind sehr unterschiedlich
- **Erdbeeren** sind für die Blutgruppe 0 schädlich, für die restlichen Blutgruppen neutral
- **Jogurt** ist nur für die Blutgruppe B und für die Sekretoren der Blutgruppe AB (80%) positiv. Für die gesamte Blutgruppe A und für die Nicht-Sekretoren der Blutgruppe AB (20%) ist Jogurt neutral. Für die Blutgruppe 0 ist Jogurt schädlich

-- auch die Gemüse für die Salate und die Salatsossen sind je nach Blutgruppe unterschiedlich wirksam. Man konsultiere die [Tabelle der Blutgruppenernährung](#)].

**Tees gegen Diabetes: Boldotee, Brennnesseltee, Baumnüsse, Argemone hunnemannii (Span.: Cardo Santo)**

Man kann auch Tees aus den folgenden Heilpflanzen machen: Boldo, Brennnessel, Nussbaum, Argemone hunnemannii (Span.: Cardo santo). Man kann die Tees untereinander mischen oder einzeln einnehmen, 3 bis 4 Tassen pro Tag.

Das sitzende Leben und emotionale Probleme sollte man vermeiden.

**Tees gegen Diabetes: Boldotee, Brennnesseltee**



Boldobaum



Boldoblätter gegen Diabetes



Boldoblüten gegen Diabetes

Boldoblätter sind bitter und werden seit den Zeiten der Inkas als harntreibendes Mittel benutzt, sowie gegen Übergewicht. [9]



[Die Brennnessel reguliert generell die Vitamine und die Mineralien, und somit reguliert sie den Stoffwechsel. Deshalb kann die Brennnessel nur eine positive Wirkung gegen Diabetes haben. Die folgenden Angaben weisen darauf hin]:

Brennnesseln enthalten viel Vitamin C, Provitamin A, Caffeoylsäure, Mineralsalze (Kalzium, Kalium, Kieselsäure, Ameisensäure, Magnesium, Eisen, Chlorophyll, Acetylcholin, Wachs, essentielle Säuren, und biogene Amine (Histamin, Serotonin).



Brennnesseln

Die Vitamine der Brennnessel beheben Vitaminmangel (wie Skorbut).

Caffeoyl-Chinasäure wirkt gegen Schmerzen, wirkt zusammenziehend und dämpft Entzündungen (gegen Arthrose, Gelenkrheumatismus).

Vor allem die Salze des Kalium haben einen harntreibenden Effekt, gegen Schwierigkeiten der Prostata und gegen andere Insuffizienzen von Organen in Verbindung mit dem Urinieren.

Brennnesseln bewirken [mit der Regulierung der Mineralien] die Heilung von Infektionen der Atmungsorgane, Magen-Darm-Grippe (Katarrh mit Kolikschmerzen), fördern die Bildung der Muttermilch, wirken gegen Haarausfall, gegen Hautausschlag, Allergien, Osteoporose (Knochenschwund), und Schwierigkeiten in den Wechseljahren (Klimakterium), gegen Blutarmut (Anämie) und Müdigkeit.

Die Brennnesselwurzeln in Milch gekocht wirken gegen Ruhr und Durchfälle. [10]

#### **Wirkung gegen Diabetes: Extrakt von halbreifen Walnüssen - Argemone hunnemannii (Span.: cardo santo)**



Walnüsse und Blätter des Nussbaums

Halbreife Baumnüsse und die Blätter des Nussbaums vom Anfang Sommer enthalten bis zu 1% Vitamin C. Die Extrakte haben einen grossen medizinischen Effekt gegen Blutarmut (Anämie), **Diabetes mellitus**, Durchfälle, Darmparasiten, Frostbeulen, Hautkrebs und zur Heilung von Verletzungen. Die Extrakte wirken ausserdem antiseptisch (keimtötend), gegen Würmer, tonisch-ausgleichend, depurative (reinigende) und wundheilende Wirkung. [11]



Argemone hunnemannii (Span.: cardo santo)

<Enthält den Bitterstoff "cnicina", der die Drüsen stimuliert, die die



Cardo santo [tb. cardo bendito]

Verdauungssäfte in den Magen und in den Dünndarm abgeben. Deswegen wirkt diese Pflanze tonisch-ausgleichend auf den Magen, verdauungsfördernd und appetitanregend. Auch die Funktionen der Leber und der Bauchspeicheldrüse werden gefördert, indem diese Organe entlastet und so die Entzündungen dieser Organe gedämpft werden.> [12]

<Letzte Forschungen haben gezeigt, dass diese Pflanze die Glukose im Blut senkt. Also ist es ein gutes, ergänzendes Mittel für **Diabetes**.> [12]

(Übersetzung Michael Palomino)

(S. 12-13)

## Stärkung des Herzens

### Nelkenteer mit Bienenhonig für das Herz

Das Herz ist der Motor des Körpers und pumpt das Blut überall in den Organismus. Herzprobleme haben deswegen erste Priorität, behandelt zu werden, schon bei den ersten Symptomen. So kann man gefährliche Entwicklungen vermeiden.

Es existieren verschiedene Versionen dieser aromatischen und herrlichen Blüte, aber alle besitzen sie dieselbe Eigenschaft, nämlich die Haupteigenschaft der ausgleichenden Wirkung auf das Herz. Man nehme einen Esslöffel der Blüten auf eine Tasse Tee. Der Tee kann mit Bienenhonig gesüsst werden. Man nehme den Nelkenteer dreimal täglich.

**Nelkenteer (ein Esslöffel Nelkenblüten) mit Bienenhonig für das Herz**



Gewürznelken, der Nelkenbaum, die Blüten der Gewürznelke, und die getrockneten Blüten

Gewürznelken enthalten bis zu 15% ätherische Öle. Die ätherischen Öle enthalten Eugenol (70-85%), Eugenolacetat (15%) und Beta-Caryophyllen (5-12%), darüberhinaus Oleanol-Öl (2%). [13]

Gewürznelken haben eine afrodisiasitische Wirkung, regen die Sinne an und unterstützen neue, positive Energien. In der Medizin werden von den Gewürznelken die Knospen pulverisiert verwendet. Verbrannte Gewürznelken vertreiben Insekten. [14]

Die Öle haben für die Nerven und das Blutsystem einen animierenden und bewegenden Effekt, unterstützen die Magentätigkeit, wirken gegen Blähungen und gegen Magenkrämpfe (Spasmen). Gekaut wirken die Öle gegen Zahnschmerzen. [17]

Gewürznelkentees (6 Gewürznelken auf 30 ml Wasser, mit Honig) wird auch gegen Asthma eingenommen, 3 mal täglich [15].

Gewürznelken wirken blutverdünnend und können eine Abtreibung (Abort) verursachen. Also sollte man Gewürznelken nicht bei Schwangerschaften einnehmen. [16]

## Gegen Insekten



## Verbrannte Gewürznelken vertreiben Insekten



Verbrannte Gewürznelken vertreiben Insekten. [14]

## Anämie (Blutarmut)

### Ernährungsumstellung mit Salaten, Hafer, Weizen und Quinoa

Diese Krankheit ist die Folge einer falschen Ernährung, mit dem Fehlen von Vitaminen und anderen Ernährungssubstanzen. Folglich muss zur Wiederherstellung der Gesundheit damit begonnen werden, vor allem pflanzliche Lebensmittel einzunehmen, wie gemischte Salate (roh), Hafer, Weizen, Quinoa etc.

[Man konsultiere auch die [Blutgruppenernährung](#). Hafer ist für die Nicht-Sekretoren der Blutgruppe 0 schädlich, Weizen ist für alle Nicht-Sekretoren aller Blutgruppen und für die gesamte Blutgruppe 0 schädlich, Quinoa dagegen ist für alle Blutgruppen neutral].

### Brennnesselsaft / Löwenzahnsaft + Karottensaft / Rote-Bete-Saft gegen Anämie

Ein ausgezeichnetes Tonikum wird mit einem halben Glas Brennnesselsaft oder Löwenzahnsaft, den man mit einem Glas Karottensaft (Rüebli-saft) oder Rote-Beete-Saft mischt. Man nimmt die Mischung täglich nüchtern mit Bienenhonig oder Zuckerrohrzucker ein.

**Säfte gegen Blutarmut (Anämie)**



Brennnesseln, ein Element gegen Blutarmut

oder



Löwenzahn, ein Element gegen Blutarmut

+



Karottensaft (Rüebli-saft), ein Element gegen Blutarmut

oder



Rote-Beete-Saft, ein Element gegen Blutarmut

+



Bienenhonig, ein Element gegen Blutarmut

oder



Zuckerrohrzucker, Rohrzuckermasse in Quaderform, ein Element gegen Blutarmut



Zuckerrohrzucker in Pulverform



Die Produktion von Zuckerrohrzuckermasse mit der Presse, dann wird die Masse einen halben Tag gekocht und dann die eingedickte Masse in Formen gegossen. [18]

(S. 13)

## Tuberkulose

### Platanostammsaft gegen TB

Wenn der Verstopfungsprozess in den Atmungsorganen, speziell der Lungen, sich nicht innerhalb nützlicher Zeit aufhalten lässt, so verschlimmert sich der Zustand bei der betroffenen Person und kommt in einen Prozess des Zerfalls, der Lungentuberkulose (Lungen-TB) genannt wird. Während dieses Prozesses bilden sich Tuberkeln und Höhlen in den Lungen.

Für eine Heilung muss man die organischen Abwehrstärken mit guter, vitaminreicher und mineralreicher Ernährung stärken. Zur Zeit hat sich gerade gezeigt, dass der Saft des Platanostamms zur Heilung dieser Krankheit ausgezeichnet wirkt. Man nimmt davon alle 6 Stunden ein Gläschen.



Platanostaude mit Platanostamm gegen Tuberkulose, z.B. im zentralen Urwald von Oxapampa (Peru), im Dorf Tsachopen der Yanasha

## Sickerblutungen (Hämorrhagie)

Um Blutungen zu vermeiden und zu kontrollieren, nehme man nüchtern ein Glas Alfalfasaft mit Honig ein. Während der Behandlung soll die kranke Person etwas Ruhe halten und schwere Arbeiten vermeiden. Es verbietet sich gleichzeitig der Konsum von alkoholischen Getränken, Tabak und scharfen Gewürzen.

### Behandlung von Sickerblutungen mit Alfalfasaft + Bienenhonig



Alfalfasaft ist ein Teil des Saftes gegen Blutungen

+



Bienenhonig ist ein weiterer Teil des Saftes gegen Blutungen

## Behandlung von Hühneraugen

Man wasche den Bereich des Hühnerauges mit heissem Salzwasser und wässere den Bereich einige Minuten. Dann streiche man den Bereich des Hühnerauges mit zerquetschtem Knoblauch ein und umwickle das Ganze mit einem Stück Stoff. Am nächsten Tag kann man das Hühnerauge leicht entfernen.

Man muss sich bewusst sein, dass die einzige Methode, Hühneraugen zu vermeiden (die vor allem an den Füßen sehr störend sind), darin besteht, Schuhe zu tragen, die gross genug sind.

**Hühneraugen abnehmen mit Salzwasser und Knoblauchmasse**

	+		=
Mit Salzwasser einige Minuten den Bereich des Hühnerauges wässern		zerquetschter Knoblauch (mit Knoblauchpresse) mit Stoff 24 Stunden umwickeln	das Hühnerauge ganz einfach abnehmen

## Behandlung der Prostata

Die Prostata ist eine Drüse von grosser Wichtigkeit für den Mann. Auftauchende Symptome sollten sofort beachtet werden, weil sich andernfalls unangenehme Probleme wie "Impotenz" einstellen können.

### Behandlung

Zuerst muss man ein lauwarmes Sitzbad vor dem Schlafengehen und ein kaltes Sitzbad beim Aufstehen durchführen.

Um diese Drüse zu reinigen nimmt man Kichererbsenwasser als tägliche Erfrischung ein, oder ein Sud mit Herbling, Schachtelhalm, Maishaar oder Leinsamen.

### Sitzbäder und Erfrischungen für die Prostata



Sitzbäder für die Prostata, heiss vor dem Schlafengehen, kalt nach dem Aufstehen

+



Kichererbsenwasser als Erfrischung für die Prostata

o



Sud mit Herbling für die Prostata

o



Sud mit Schachtelhalm für die Prostata

o



Sud mit Maishaaren für die Prostata

o



Sud mit braunen Leinsamen

o



resp. Sud mit gelben Leinsamen

Sud mit Leinsamen für die Prostata

# Impotenz

## **Totale Impotenz, teilweise (partielle) Impotenz - vorzeitiger Samenerguss (Ejakulation)**

Die sexuelle Impotenz ist ein Unvermögen des Mannes, eine sexuelle Beziehung in normaler und kompletter Form mit Vereinigung mit seiner Partnerin zu unterhalten. Es gibt verschiedene Grade der Impotenz: total, teilweise, und vorzeitiger Samenerguss.

Von diesen Arten ist der vorzeitige Samenerguss die häufigste Erscheinung. Die Samenflüssigkeit, die vor oder unmittelbar nach dem Eindringen des Glieds in die Vagina produziert wird, wird vorzeitig hinausgeschleudert. Gemäss ausgeführten Studien sind 75% der Männer mehr oder weniger davon betroffen.

Dies wird durch eine Übererregung oder durch körperliche Erschöpfung verursacht, oder auch durch mentale Erschöpfung, durch Überbeschäftigung, durch Angstzustände, durch Blutarmut, durch schlecht verheilte Geschlechtskrankheiten, durch Stürze, durch Stress oder durch Prostataprobleme.

### **Behandlung**

Als erste Massnahme zur Wiedererlangung der Potenz ist es notwendig, den Gebrauch jeglicher Stimulantien oder Drogen zu unterbinden, die das Ziel haben, die Erektion zu verlängern, denn diese Mittelchen haben nur zur Folge, dass die natürlichen Energien sich nicht mehr entwickeln können, so dass es zu einer totalen Impotenz kommt.

Das Beste ist es, mit Sitzbädern vor dem Zubettgehen zu beginnen, um eine Entspannung herbeizuführen. Man nehme ausserdem auf nüchternen Magen ein Glas Alfalfasaft mit Honig ein.

Man nehme auch Pfefferminztee, Rosmarintee und Petersilie ein, ein Kaffeelöffel pro Tasse, dreimal pro Tag. Die Vitalität des Organismus wird ausserdem mit folgenden natürlichen Lebensmitteln erhöht: Sellerie, Zwiebel, Knoblauch, Kresse, Kopfsalat etc.

**Heilung von Impotenz - die Potenz wiedererlangen**



Zur Wiedererlangung der Potenz den Gebrauch von Stimulantien und Drogen einstellen: kein Viagra mehr, kein Kokain mehr, etc.

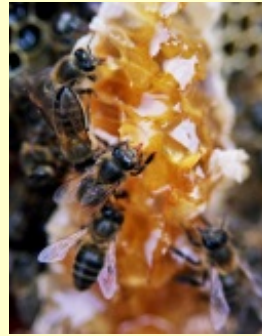


Sitzbäder vor dem Schlafengehen zur generellen Entspannung fördern die sexuelle Potenz





+



Auf nüchternen Magen ein Glas  
Alfalfasaft mit Honig einnehmen

Zur Wiedererlangung der Potenz kann der Körper revitalisiert werden mit:



+

Pfefferminztee

+



Rosmarin und Petersilie (Peterli), ein Kaffeelöffel pro Tasse, dreimal pro Tag



[Diese Ernährung ist generell gut, nicht nur, wenn eine Impotenz existiert].

## Harnsäure [mit Rheumatismus]

[Zu viel Harnsäure bewirkt Rheumatismus].

Überschüssige Harnsäure und die Fremdstoffen, die sich dadurch im Körper ansammeln, kommen von zu viel Konsum von Fleisch, Fisch, Meeresfrüchten, Altkäsen [Span.: queso viejo], Eier, Salz, alkoholische Getränke etc.

Charakteristische, rheumatische Symptome sind: lokale Schmerzen an verschiedenen Körperstellen, die an bestimmten Punkten auftauchen.

(S. 15)

[Zum selben Zeitpunkt sollte man die Ernährung umstellen, mit Früchten, Salaten und guten Suppen, mit Elementen z.B. wie zur Wiedererlangung der Potenz].

### **Gegen Rheumatismus: die Harnsäure herabsenken mit Ernährungsumstellung**

Zur Reduktion von Rheumatismus und Harnsäure:



den Konsum von Fleisch reduzieren, z.B. Hühnchen (Poulet) oder Rumpsteak



den Konsum von Fisch reduzieren, z.B. Gemeine Goldmakrele (Perico, lat. *Coryphaena hippurus*)



den Konsum von Meeresfrüchten reduzieren



den Konsum von Altkäsen [Span.: queso viejo] reduzieren [Käse mit einer Lagerzeit von minimal 180 Tagen [19]]



den Konsum von Eiern reduzieren



den Konsum von Salz reduzieren



Zur Reduktion von Rheumatismus und Harnsäure muss der Konsum alkoholischer Getränke reduziert [oder besser total eliminiert] werden.

[Gleichzeitig erhöht man die Ernährung mit Gemüsen und Früchten, Salaten und guten Suppen, mit den Elementen z.B. wie für die Wiedererlangung der Potenz].

## Schwangerschaftsabbruch [Abort]

Das Bevölkerungswachstum ist eines der Hauptprobleme, mit dem die Menschheit heutzutage konfrontiert ist. Tagtäglich werden neue Menschen geboren, die Nahrungsmittel benötigen, aber die schlechte Verteilung des Reichtums und das Fehlen einer Familienplanung bewirken, dass viele der Menschen an Hunger sterben oder ihr Leben in Armut und Unterernährung verbringen müssen.

Um dieses Problem des Bevölkerungswachstums zu unterbinden hat man verschiedene Systeme erdacht, einige nicht human wie die Sterilisation des Mannes oder der Frau. Andere sind weniger gefährlich, und einige sind absolut unbedenklich.

### **Vaginalspülungen mit Salz, Zitronensaft, Essig oder Alaun bis 10 Minuten nach dem Sex**

Man löse in einem Liter Wasser zwei Esslöffel Salz oder den Saft von zwei Zitronen aus. Wenn der Sexualakt beendet ist, kann man innerhalb der nächsten 10 Minuten eine Vaginalspülung machen, indem man einen Klistier mit einer langen Kanyle benutzt. Man kann auch zwei Esslöffel Essig oder Alaun auf einen Liter Wasser verwenden.

[Es scheint besser, dass man das Klistier, die Kanyle und das Wasser schon vor dem Sex vorbereitet].

**Schwangerschaftsabbruch bis 10 Minuten nach dem Sex mit Vaginalspülung**



Man kann bis 10 Minuten nach dem Sex einen Schwangerschaftsabbruch ausführen, indem man mit einem Klistier eine Vaginalspülung durchführt



1 Liter Wasser

+



2 Esslöffel Salz



1 Liter Wasser

+



der Saft von 2 Zitronen

Für einen Schwangerschaftsabbruch innerhalb von 10 Minuten nach dem Sex: Vaginalspülung mit einem Klistier und einer langen Kanyle mit Salzwasser (1 Liter auf 2 Esslöffel Salz)

Für einen Schwangerschaftsabbruch innerhalb von 10 Minuten nach dem Sex: Vaginalspülung mit einem Klistier und einer langen Kanyle mit Zitronenwasser (1 Liter auf den Saft von 2 Zitronen)

	+		+		+	
1 Liter Wasser		2 Esslöffel Essig		1 Liter Wasser		2 Esslöffel Alaun
Für einen Schwangerschaftsabbruch innerhalb von 10 Minuten nach dem Sex: Vaginalspülung mit einem Klistier und einer langen Kanyle mit Essigwasser (1 Liter auf 2 Esslöffel Essig)			Für einen Schwangerschaftsabbruch innerhalb von 10 Minuten nach dem Sex: Vaginalspülung mit einem Klistier und einer langen Kanyle mit Alaunwasser (1 Liter auf 2 Esslöffel Alaun)			

**Natürliche Empfängnisverhütung mit dem Rhythmus**

Vom 1. bis 9. Tag und vom 18. bis zum 28. Tag des Rhythmus sind die sterilen Tage ohne Schwangerschaft. Vom 10. bis zum 17. Tag sind die fruchtbaren Tage für eine Schwangerschaft.

[In der Wirklichkeit können die Glücksgefühle beim Sex auch eine Schwangerschaft während der als steril bezeichneten Tage auslösen, ja sogar während der Periode sind Schwangerschaften möglich. Die natürliche Methode mit dem Rhythmus ist also alles andere als sicher].

(S. 16)

**Blutverdünnende Gewürznelken können Abort auslösen**



Gewürznelken haben einen blutverdünnenden Effekt und können einen Abort auslösen. [16]

## Für die Alkoholiker

Eines der Probleme, die unsere Gesellschaft betrifft, ist der Alkoholismus, ein Laster, das langsam die Menschen zerstört, die dadurch alle Gefühle der persönlichen Wertschätzung, Scham und dadurch auch die Menschlichkeit verlieren.

### **Behandlung**

Es gibt für eine Person nur zwei Mittel, um vom Laster des Alkohols loszukommen: erstens die Stärke des eigenen Willens, der starke und ernsthafte Wunsch, vom Laster loszukommen, und zweitens die Furcht und die Angst vor dem Alkohol.

Oft ist es der Fall, dass es den Kranken an genügend Willen mangelt, um sich vom Laster abzulösen. In diesem Fall wird die zweite Massnahme angewandt. Man schält einen Kern der Pflanze Inga feuillei oder einen Samen der Habilla, und dann halbiert man den Kern, mahlt ihn und gibt das Pulver in eine Flüssigkeit, ohne dass es bewusst ist. Der Effekt wird kurze Zeit später eintreten, mit Durchfällen und Erbrechen. Danach nimmt man eine Tasse Tee mit Zitronensaft.

**Vom Alkoholismus loskommen: geistige Stärke und Abführmittel**



Faktor Nr.1: eine geistige Stärke entwickeln [mit einer geistigen Entwicklung mit einer Stabilität wie ein Vulkan, mit Grundkenntnissen über das Leben, über die Erde und die Ernährung]

Faktor Nr. 2: Furcht oder Angst vor Alkohol durch eine Kotztherapie mit einem Pulver im Alkohol, das Erbrechen bewirkt:



Einen der Pflanze Inga feuillei (Span.: Pacay) zur Hälfte schälen, dann mahlen

oder



Samen der Pflanze Habilla zur Hälfte schälen, dann mahlen



## Koliken mit Blähungen

Schkuhria pinnata (Span.: Canchalagua [o Cachalagua [20]])



Gegen Koliken mit Blähungen ist ein Tee von Schkuhria pinnata (Span.: canchalagua) ein sehr gutes Mittel. Es handelt sich dabei um eine Pflanze aus den peruanischen Anden. Auch Fencheltee, ein Anistee mit Leinsamen haben eine sehr gute Wirkung, 1/2 Tasse 6 oder 7 mal täglich.

**Tees gegen Koliken mit Blähungen**


	oder		oder			
Tee mit Schkuhria pinnata (Span.: canchalagua) gegen Koliken mit Blähungen		Fencheltee gegen Koliken mit Blähungen		Anistee mit Leinsamen gegen Koliken mit Blähungen		

## Behandlung von Magenentzündung

### Spitzwegerich, Boldo und Leinsamen gegen Magenentzündung

Um eine Magenentzündung zu heilen, empfiehlt sich ein Tee aus Spitzwegerich, Boldo und Leinsamen. Vor dem Einnehmen kann man den Tee mit Zitronensaft und Zucker abschmecken.

**Tee zur Behandlung von Magenentzündungen**

	+		+		+		+	
								mit Zucker je



## Heilung der Leberentzündung

Um eine Leberentzündung zu heilen, nehme man eine Tasse Kartoffelschalenwasser mit Gerste, 3 mal täglich, ohne Zucker.

**Zur Heilung von Leberentzündung: Kartoffelschalenwasser mit Gerste**

	+		+			3 mal täglich einnehmen.
Wasser kochen		Kartoffelschalen		Gerste		

## Leberkrankheiten

### Spitzwegerich und Phyllanthus niruri

50 Gramm Spitzwegerich werden 10 Minuten in einem Liter Wasser gekocht und ohne Zucker immer wieder zwischendurch 4 bis 5 mal täglich eingenommen. Dasselbe kann man mit den Blättern von Phyllanthus niruri (Span.: chanca piedra) machen.

**Heilung von Leberkrankheiten: Spitzwegerichtee oder Tee mit Phyllanthus niruri (Span.: chanca piedra)**

	+		oder		4 oder 5 mal täglich einnehmen.
Wasser kochen		Spitzwegerich		Phyllanthus niruri (Span.: chanca piedra)	

 [Gefällt mir, teilen mit Facebook-Freunden](#)

[Mariendistel - Onlineshop](#) zur Stärkung der Leber und Galle unterstützt Entgiftung - Onlineshop [www.kraeuterhaus.de/Mariendistel](http://www.kraeuterhaus.de/Mariendistel)

[Gewürze & Kräuter](#) Onlineshop für Gewürze, Kräuter, Öl und Feinkost. Mehr dazu hier! [www.marktplatz-mittelstand.de](http://www.marktplatz-mittelstand.de)

[Jetzt einen Arzt fragen](#) 8 Ärzte sind gerade online. Stellen Sie jetzt Ihre Frage! [Arzt.JustAnswer.de](http://Arzt.JustAnswer.de)

[Colitis ulcerosa Therapie](#) Neues Medizinprodukt für sanfte und natürliche Behandlung [www.functional-pr](http://www.functional-pr)

**Google-Anzeigen**

[Maca Peru](#)

[Maca Wirkung](#)

[Abnehmen Kräuter](#)

**[Ihre Gelenke atmen auf](#)**  
Ein natürliches Mittel besiegt den, Schmerz, wenn alles andere versagt  
[Gesundheitsdurchbruch.de/Arthrose](http://Gesundheitsdurchbruch.de/Arthrose)

**Google-Anzeigen**

[Maca Peru](#)

[Maca Wirkung](#)

[Abnehmen Kräuter](#)

## Quellen

- [1] [http://www.shop.soulpower.ch/product\\_info.php/products\\_id/100](http://www.shop.soulpower.ch/product_info.php/products_id/100)
- [2] <http://www.yinyangperu.com/huamanripa.htm>
- [3] <http://www.diccionariolibre.com/definicion.php?word=tutuma>
- [4] <http://www.yinyangperu.com/tutuma.htm>
- [5] [http://www.romanistik.uni-mainz.de/quechua/plantas\\_quechua4.HTM](http://www.romanistik.uni-mainz.de/quechua/plantas_quechua4.HTM)
- [6] <http://www.arbolesornamentales.com/Crescentiacujete.htm>
- [7] <http://www.acopecta.com/publicaciones/poster/H.pdf>
- [8] [http://de.wikipedia.org/wiki/Peruanischer\\_Pfefferbaum](http://de.wikipedia.org/wiki/Peruanischer_Pfefferbaum)
- [9] <http://www.feenkraut.de/herbs/Boldo.html>
- [10] <http://de.wikipedia.org/wiki/Brennnesseln>
- [11] <http://de.wikipedia.org/wiki/Walnuss>
- [12] [http://www.hipernatural.com/es/pltcentaurea\\_bendita.html](http://www.hipernatural.com/es/pltcentaurea_bendita.html)
- [13] <http://de.wikipedia.org/wiki/Gew%C3%BCrzelke>
- [14] <http://www.die-dunkle-dimension.de/p-magrm.htm#r-Nelke>
- [15] <http://www.online-vitamins-guide.com/lang/de/herbs/clove.htm>
- [16] <http://www.gesundheitpro.de/Gewuerzelke-Syzygium-Heilpflanze-Heilpflanzen-A080129MEMAP063817-6.html>
- [17] <http://www.textlog.de/medizin-caryophylli.html>
- [18] <http://www.moyobamba.net/chancaca/>
- [19] <http://www.quesosjm.es/variedades.php>
- [20] <http://www.yinyangperu.com/canchalagua.htm>
- [21] <http://www.avantari.com/terapias.htm>
- [22] <http://www.biotheka.com/entgiften/amazon-detox.html>
- [23] <http://www.novavitalis.de/index.php?module=pncommerce&func=itemview&ItemID=179>
- [24] <http://de.wikipedia.org/wiki/Epazote>
- [25] <http://qu.wikipedia.org/wiki/Senecio>
- [26] <http://de.wikipedia.org/wiki/Walkm%C3%BChle>

## Fotoquellen

### **Nerven (Emotionalität, Kopfschmerzen, Migräne, Erregungszustände, Nervenschwäche**

- Orangenblüten (naranjos con flores): <http://mialuaf.blogspot.com/2007/07/comparto-un-regalo-recibido-del-poeta.html>
- Lindenblüten (flor de tilo): <http://www.fritzauskitz.at/Kraeuter/kraeuter.htm>
- Baldrian (valeriana): <http://www.leonardo-pharmacy.com/remedies/selfproduced/plants.html>
- Kamille (manzanilla): <http://www.fcsf.org/es/image-galleries/manzanilla>

## Schlaflosigkeit

-- heisses Bad (baño caliente) 01: <http://www.mark-ju.net/diary/2003/june2.htm>  
-- heisses Bad (baño caliente) 02:  
<http://indianmasalavintage.blogspot.com/2008/04/hot-bath-by-bollywood-actress-hema.html>

### **Krämpfe**

-- Rosmarin (romero): [http://www.schilditreff.de/archives/2005/07/bepflanzung\\_in.html](http://www.schilditreff.de/archives/2005/07/bepflanzung_in.html)  
-- Rosmarin mit Blüten (romero con flores): <http://lasalcublas.blogspot.com/2008/04/nuestra-flora-el-romero.html>  
-- Stechapfelblüte (flor de floripondio): <http://www.fug-verlag.de/on1195>  
-- Bienenhonig (miel de abeja): <http://www.cocn.eu/galeria/displayimage.php?album=108&pos=2>  
-- Hühnerfett (enjundia de gallina): <http://lagourmandemodeste.wordpress.com/2007/10/28/poulet-roti-au-four-a-la-portugaise-avec-puree-a-lail/>  
-- Terpentin (trementina): <http://www.florame.com.es/aceite-esencial-trementina-p-654.html>  
-- Kampfer (alcanforero): [http://todoplantas.blogspot.com/2007\\_10\\_05\\_archive.html](http://todoplantas.blogspot.com/2007_10_05_archive.html)  
-- Kampferöl (aceite de alcanfor): <http://astrologyscents.com/store/index.php?cPath=25>

### **Förderung der Muttermilch**

-- Quinoa (quinua): <http://www.condormallku.cl/>  
-- Quinuasamen im Löffel (semillas de quinua en cuchara): <http://peru-recipes.com/2008/04/quinua-quinua>  
-- Wasser in Flasche (agua en botella): [http://www.elcompas.com/product\\_info.php?products\\_id=4684&osCsid=our94pio2euptsmk8p1k9ouup0](http://www.elcompas.com/product_info.php?products_id=4684&osCsid=our94pio2euptsmk8p1k9ouup0)  
-- Milch vom Bauernhof (leche de la granja): <http://www.lecherialatina.com/noticias.asp?id=4080>  
-- Hafer (avena): <http://www.rotholl.at/archiv/landwirtschaft-1/hafer/11919.html>  
-- Haferkörner (avena, granos): [http://www.tvp-pferd.de/files/frame/frameA.html?frameA\\_main=/files/ernaeh3\\_stoffe.html](http://www.tvp-pferd.de/files/frame/frameA.html?frameA_main=/files/ernaeh3_stoffe.html)

### **Heilung von Nierenentzündung**

-- Leinsamen, Kapseln (linaza, capsulas): [http://de.wikipedia.org/wiki/Gemeiner\\_Lein](http://de.wikipedia.org/wiki/Gemeiner_Lein)  
-- Leinsamen, gelb (linaza amarilla): <http://de.wikipedia.org/wiki/Leinsamen>  
-- Leinsamen, braun (linaza marron):  
[http://www.lignane.de/RSG\\_Flax/DigiFolderDEUTSCH.nsf/htmlViewDocuments/88B4BD1DD64E5C05C12570B20052C77F](http://www.lignane.de/RSG_Flax/DigiFolderDEUTSCH.nsf/htmlViewDocuments/88B4BD1DD64E5C05C12570B20052C77F)  
-- Sommergerste in der Hand (cebada de verano en una mano): <http://www.steirersaat.at/steirersaat-fachinformationen.php>  
-- Gerstenkörner (cebada, granos): [http://www.tvp-pferd.de/files/frame/frameA.html?frameA\\_main=/files/ernaeh3\\_stoffe.html](http://www.tvp-pferd.de/files/frame/frameA.html?frameA_main=/files/ernaeh3_stoffe.html)  
-- Schachtelhalm (cola de caballo): <http://www.pasoslargos.com/flora/nflora48.htm>  
  
-- Indiotee (flor de arena, té indio): <http://www.avantari.com/terapias.htm>  
-- Indiotee (flor de arena, té indio), Kapseln: [http://www.weight-care.com/herb\\_flor\\_de\\_arena.htm](http://www.weight-care.com/herb_flor_de_arena.htm)

- Salatmenü (menú de ensaladas): <http://www.kantinenblogger.de/index.php/2008/01/>
- Fleischmenü (menú con carne): <http://www.gesundheitpro.de/Leichte-Sommerkueche-Lammspiese-mit-Rosmarinkartoffeln-Ernaehrung-A080611KESQ080909.html>

### **Erhaltung der Schönheit**

- Anden-Lupine (tarwi, chocho, lat. lupinus mutabilis): [http://zambolandia.com/papers/puklla1/reg\\_bot\\_flores.html](http://zambolandia.com/papers/puklla1/reg_bot_flores.html)
- gehackte Zwiebel (cebolla picada): <http://www.pescamediterraneo2.com/foros/lofiversion/index.php/t1341-100.html>
- Vollkornreis (arroz integral): [http://www.agnihotra.ch/?page\\_id=4](http://www.agnihotra.ch/?page_id=4)
- Landveilchen (violeta de campo): <http://www.conabio.gob.mx/malezasdemexico/lentibulariaceae/pinguicula-moranensis/fichas/ficha.htm>
- sauberes Flusswasser (agua del río limpio): <http://www.caminandoporelsur.blogspot.com/>

### **gegen Haarausfall**

- Knoblauch mit Knoblauchzehen (ajo macho): [http://www.misterchivo.com.mx/anec\\_regalodelcorazon.htm](http://www.misterchivo.com.mx/anec_regalodelcorazon.htm)
- Schkuhria pinnata (canchalagua): <http://www.rain-tree.com/Plant-Images/canchalagua-pic.htm>
- Drachenblut (sangre de grado): [http://www.shop.soulpower.ch/product\\_info.php/products\\_id/100](http://www.shop.soulpower.ch/product_info.php/products_id/100)
- Drachenblutbaum (sangre de grado, árbol): [http://www.geocities.com/fitoterapia\\_peru/sangredegrado.htm](http://www.geocities.com/fitoterapia_peru/sangredegrado.htm)

### **gegen Schuppen**

- Aloe Vera (sábila): <http://fichas.infojardin.com/crasas/alo-vera-sabila-zabila-zabira-acibar-azabara.htm>
- Aloe Vera, Blätter (sábila, hojas): <http://www.foreverlivingmoival.com.ve/quienesomos.htm>
- Aloe Vera frisch (sábila fresca):  
[http://mexico.acambiode.com/producto\\_05546596942555962584137005018557.html](http://mexico.acambiode.com/producto_05546596942555962584137005018557.html)
- Aloe Vera, Gel (sábila gel): <http://www.barunu.com.ve/cosmeticos.html>

- Zitronen (limones): <http://www.tropenland.at/trp/cont/exot/db.asp?id=42&title=Zitrone>
- grüne Zitronen (limones verdes): <http://salandoellimon.blogspot.com/2007/11/tips-sobre-el-limn.html>
- Zwiebeln (cebollas): <http://gesundheit.at.aol.de/Krankheiten/Chili-gegen-Schnupfen-Zahnschmerzen-1533616188-0.html>

### **zur Gewichtsabnahme**

- Bittertee (té amargo): <http://www.novavitalis.de/index.php?module=pncommerce&func=itemview&ItemID=179>
- Puderzucker (azúcar impalpable, azúcar de polvo): [http://www.francosupermercado.com/product\\_info.php?cPath=2\\_109&products\\_id=765](http://www.francosupermercado.com/product_info.php?cPath=2_109&products_id=765)
- Früchte und Gemüse (frutas y verduras): <http://www.lorohotel.es/alimentacion.htm>
- Mehlprodukte vermeiden (evitar productos de harina): Brot: <http://www.lebensmittelfotos.com/tag/backwaren/>
- Fette vermeiden: Pommes Frites mit Ketchup (evitar grasa: papas fritas con ketchup):

<http://weblogs.clarin.com/ensayo-y-error/archives/2008/02/>

-- Spargelköpfe (turiones de espárrago):

<http://picasaweb.google.com/pcamacho777/FOTOGRAFIASPRANCAASH#5226441916355400370>

-- Spargelspitzen (yemas de espárrago): <http://www.echo-muenster.de/node/24265>

### **gegen Magenverstimmung**

-- Blätter des Wohlriechenden Gänsefuß (hojas de paico, epazote): <http://fg-naturalezasalud.blogspot.com/>

-- Kamille (manzanilla): <http://www.fcsf.org/es/image-galleries/manzanilla>

### **gegen Krätze**

-- Färberstrauch: <http://www.revistacd.com/200612/elizabethdic.html>

### **gegen Husten**

-- Senecio tephrosioides (huamanripa, wamanripa): <http://www.yinyangperu.com/huamanripa.htm>

-- Eukalyptus (eucalipto) 01: <http://uimpi.net/entry/texto/19151/plantas-fumables.html>

-- Eukalyptus (eucalipto) 02: Foto von Michael Palomino zwischen Oxapampa und Tsachopen

-- Eukalyptusblätter und -blüten (eucalipto, hojas y flores): <http://en.wikipedia.org/wiki/Eucalyptus>

-- Kalabassenbaum (tutuma, lat. crescentia kujete): <http://www.arbolesornamentales.com/Crescentiacujete.htm>

-- Kalabassenbaum, Blüte (tutuma, flor): <http://www.arbolesornamentales.com/Bignoniaceae.htm>

### **für die Wechseljahre**

-- offenes Fenster (ventana abierta): <http://farmlane.blogspot.com/2008/10/more-style-statement.html>

-- Eigelb (yema): <http://blog.quick-es-wohnzimmer.de/tag/essen-trinken/>

-- Olivenöl (aceite de oliva): <http://mujer-bonita.net/2008/05/el-aceite-de-oliva-es-antiinflamatorio.html>

### **gegen trockene Haut**

-- Kuhmilch wird serviert (leche de vaca sirviendo): <http://www.eleconomista.es/nutricion/noticias/272284/09/07/La-alimentacion-infantil-un-quebradero-de-cabeza-para-los-padres.html>

### **zur Stärkung**

-- halb grüner Apfel (manzana medio verde): <http://historiagastromonia.blogia.com/temas/15-cocina-ecologica.php>

### **gegen Zuckungen und schmerzhaftes Spasmen**

-- Avocado-Kern (pepa de palta): <http://industrias-alimentarias.blogspot.com/2008/10/la-exportacion-de-paltas-peruanas-alcanz.html>

### **gegen Würmer**

-- Kürbis (zapallo): <http://www.mediatime.ch/gemuese/kuerbis.htm>

-- Selleriesamen (semillas de apio): <http://www.mdr.de/mdr-garten/2218263.html>

### **gegen Bandwurm**

-- Wermut (ajenjo): <http://fichas.infojardin.com/arbustos/artemisia-absinthium-ajenjo-absintio.htm>

### **gegen Durchfall**

-- Karotten (Rüebli) (zanahorias): <http://www.diariocorreo.com.ec/archivo/2008/08/27/un-tesoro-naranja-la-zanahoria>

-- Vollkornreis (arroz integral): [http://www.agnihotra.ch/?page\\_id=4](http://www.agnihotra.ch/?page_id=4)

### **leichtes Abführmittel**

-- Inga feuillei (pacay): <http://www.tradewindsfruit.com/pacay.htm>

### **starkes Abführmittel**

-- Drachenblut (copaiba, sangre de grado): <http://arbolesdelchaco.blogspot.com/>

-- Orangensaft: <http://www.kochbuchfotos.de/tag/orangensaft/>

### **zur Regulierung der Menstruation**

-- Sellerie (apio): <http://www.lvgz.ch/infos/knollensellerie.htm>

-- brauner Zucker (azúcar moreno): <http://www.bigoven.com/whatis.aspx?id=Brown%20Sugar>

### **gegen Menstruationsschmerzen**

-- Weisswein (vino blanco): [http://www.boschendalwines.com/index.php?](http://www.boschendalwines.com/index.php?alias=ourwines&winecategory=3&vintageid=149)

[ALLOZO\\_MACABEO\\_\\_BLANCO/idnoticia/11618/Default.aspx](http://www.boschendalwines.com/index.php?alias=ourwines&winecategory=3&vintageid=149)

-- Wermut (ajenjo): <http://fichas.infojardin.com/arbustos/artemisia-absinthium-ajenjo-absintio.htm>

-- Wermutblüten (flores de ajenjo): [http://www.ruhr-uni-bochum.de/boga/html/Artemisia\\_absinthium\\_Foto.html](http://www.ruhr-uni-bochum.de/boga/html/Artemisia_absinthium_Foto.html)

-- Anissamen (semillas de anís): <http://www.pharmakobotanik.de/schfld/sp-d-on.htm>

### **gegen weissen Ausfluss, Rheuma, Hämorrhoiden**

-- Weisse Brennnessel (ortiga blanca):

[http://www.todoplantas.net/plantas\\_medicinales/ver\\_planta.jsp?id=1127943463093](http://www.todoplantas.net/plantas_medicinales/ver_planta.jsp?id=1127943463093)

-- Rosmarin (romero): [http://www.schilditreff.de/archives/2005/07/bepflanzung\\_in.html](http://www.schilditreff.de/archives/2005/07/bepflanzung_in.html)

-- Rosmarin in Blüte (romero con flores): <http://lasalcublas.blogspot.com/2008/04/nuestra-flora-el-romero.html>

-- Maishaar (pelo de maíz / pelo de choco): <http://www.starmanproductions.nl/kruiden/maishaar.html>

### **gegen Mandelentzündung**

-- Weisse Rübe (nabo): [http://www.loja.jardicentro.pt/product\\_info.php?products\\_id=3158](http://www.loja.jardicentro.pt/product_info.php?products_id=3158)

-- Färberstrauch (arbusto de tara): <http://www.revistacd.com/200612/elizabethdic.html>

-- Zitronen (limones): <http://www.tropenland.at/trp/cont/exot/db.asp?id=42&title=Zitrone>



-- Radieschen (rabanitos): <http://www.semilleria.cl/desarrollo/DetalleProducto.aspx?id=267&idc=94>

### **Sitzbad**

-- Sitzbad 01 (baño de asiento): <http://www.med-serv.de/medizin-buch-wasserkur-0-8-1.html>

-- Sitzbad 02: Plantas que curan. Chirre-Verlag, Lima, S. 11

-- Schachtelhalm in der Tüte (cola de caballo en bolsa): <http://www.macoesa.com/herbofar.htm>

-- Spitzwegerich (llantén): <http://de.wikipedia.org/wiki/Spitzwegerich>

-- Violette Malve (malva violeta): <http://de.wikipedia.org/wiki/Malven>

-- Blaue Malve (malva azul): [http://es.wikipedia.org/wiki/Malva\\_\(g%C3%A9nero\)](http://es.wikipedia.org/wiki/Malva_(g%C3%A9nero))

-- Weinraute (ruda): [http://es.wikipedia.org/wiki/Ruta\\_graveolens](http://es.wikipedia.org/wiki/Ruta_graveolens)

-- Färberstrauch (arbusto de tara): <http://www.revistacd.com/200612/elizabethtdic.html>

### **Dampfbad**

-- Zeichnung eines Dampfbades: Plantas que curan; Chirre-Verlag, Lima, Seite 12

-- Eukalyptus (eucalipto) 01: <http://uimpi.net/entry/texto/19151/plantas-fumables.html>

-- Eukalyptus (eucalipto) 02: Foto von Michael Palomino zwischen Oxapampa und Tsachopen

-- Eukalyptus, Blätter und Blüten (eucalipto, hojas y flores): <http://en.wikipedia.org/wiki/Eucalyptus>

-- Blaue Salbei (salvia azul, lat. salvia farinacea): <http://www.infojardin.com/foro/showthread.php?t=66730>

-- Kamille (manzanilla): <http://www.fcsf.org/es/image-galleries/manzanilla>

-- Pfefferbaum (molle, árbol): [http://de.wikipedia.org/wiki/Peruanischer\\_Pfefferbaum](http://de.wikipedia.org/wiki/Peruanischer_Pfefferbaum)

-- Pfefferbaum, Blätter und Früchte (molle, hojas y frutas): <http://www.yinyangperu.com/molle.htm>

### **gegen Diabetes**

-- Boldobaum (boldo, árbol): <http://www.chlorischile.cl/molinxgunckel/fotos8y9.htm>

-- Boldoblätter (boldo, hojas): <http://www.feenkraut.de/herbs/Boldo.html>

-- Boldoblüten (boldo, flores): <http://www.aidanbrookspices.blogspot.com/2007/10/boldo-leaf.html>

-- Brennessel (ortiga): <http://de.wikipedia.org/wiki/Brennesseln>

-- Nussbaum, Walnussblätter und Walnüsse (nogal, hojas y nuezes):

<http://www.aliste.info/flora.asp?iddato=4308&f=JUNGLARD%C3%81CEAS>

-- Benediktenkraut (cardo santo, lat. Argemone hunnemannii):

[http://jqiles.webs.upv.es/botanica/silvestres/Compositae/Cnicus\\_benedictus.htm](http://jqiles.webs.upv.es/botanica/silvestres/Compositae/Cnicus_benedictus.htm)

### **für das Herz**

-- Nelkenbaum (clavel de olor, árbol): <http://www.oller.net/clove.htm>

-- Nelkenblüten (clavel de olor, flores): <http://www.jar91.republika.pl/gozdzik.html>

-- getrocknete Nelkenblüten (clavel de olor, flores secados): <http://www.danish-schnapps-recipes.com/clove.html>

### **gegen Blutarmut (Anämie)**

- Brennnessel (ortiga): <http://de.wikipedia.org/wiki/Brennnesseln>
- Löwenzahn (diente de león): <http://www.dogfood-marengo.ch/kraeuter/kraeuter.htm>
- Karottensaft (Rüebli-saft) (zanahoria, jugo):  
[http://www.paradisi.de/Health\\_und\\_Ernaehrung/Getraenke/Karottensaft/Artikel/1469.php](http://www.paradisi.de/Health_und_Ernaehrung/Getraenke/Karottensaft/Artikel/1469.php)
- Rote Beete (betarraga): <http://www.semilleria.cl/desarrollo/DetalleProducto.aspx?id=163&idc=94>
- Bienenhonig (miel de abeja): <http://www.cocn.eu/galeria/displayimage.php?album=108&pos=2>
- Zuckerrohrzuckermasse (chancaca): <http://es.wikipedia.org/wiki/Chancaca>
- Produktion der Zuckerrohrzuckermasse (chancaca producción) 01: <http://www.moyobamba.net/chancaca/>
- Produktion der Zuckerrohrzuckermasse (chancaca producción) 02: <http://www.moyobamba.net/chancaca/>
- Produktion der Zuckerrohrzuckermasse (chancaca producción) 03: [http://www.vertice.gov.co/index.php?option=com\\_content&task=section&id=154&album=52&foto=20](http://www.vertice.gov.co/index.php?option=com_content&task=section&id=154&album=52&foto=20)
- Zuckerrohrzuckermasse, Pulver (chancaca (panela), polvo): <http://ccbolgroup.com/home.html>

### **gegen Tuberkulose**

- Platanostauden (platanero): Foto von Michael Palomino aus Tsachopen, Region Oxapampa, Peru (2008)

### **gegen Blutungen**

- Luzerne (alfalfa): <http://www.yinyangperu.com/alfalfa.htm>
- Bienenhonig (miel de abeja): <http://www.cocn.eu/galeria/displayimage.php?album=108&pos=2>

### **gegen Hühneraugen**

- Salzwasser (agua de sal): <http://www.add-hilfe-zur-selbsthilfe.de/vortraege/ernaehrungsbasiswassersalz/index.htm>
- Knoblauchpresse (prensaajos): <http://kulinariakatastrophia.blogspot.de/2006/08/11/kulinaria-praktikablia/>

### **für die Prostata**

- Sitzbad (baño de asiento): <http://www.med-serv.de/medizin-buch-wasserkur-0-8-1.html>

### **Erfrischungsgetränke mit**

- Kichererbsen (garbanzos): <http://viviendosanos.com/2007/08/un-plato-que-nos-hace-sentir-bien-y-felices.html>
- Herbling (agracejo): <http://www.internatura.org/guias/arbustos/agracejo.htm>
- Schachtelhalm (cola de caballo): <http://www.pasoslargos.com/flora/nflora48.htm>
- Maishaar (pelo de maíz / pelo de choclo): <http://www.starmanproductions.nl/kruiden/maishaar.html>
- Leinsamen, gelb (linaza amarilla): <http://de.wikipedia.org/wiki/Leinsamen>
- Leinsamen, braun (linaza marron):  
[http://www.lignane.de/RSG\\_Flax/DigiFolderDEUTSCH.nsf/htmlViewDocuments/88B4BD1DD64E5C05C12570B20052C77F](http://www.lignane.de/RSG_Flax/DigiFolderDEUTSCH.nsf/htmlViewDocuments/88B4BD1DD64E5C05C12570B20052C77F)

### **gegen Impotenz**

- Viagra verboten (viagra no): [http://www.hearingmojo.com/blog-mt/blog-mt/issues\\_advocacy/](http://www.hearingmojo.com/blog-mt/blog-mt/issues_advocacy/)
- Kokain verboten (cocaina no): [http://sport.ard.de/sp/doping/webmagazin/evb.phtml?evb=1\\_1\\_stimulanzien&page=6](http://sport.ard.de/sp/doping/webmagazin/evb.phtml?evb=1_1_stimulanzien&page=6)
  
- Sitzbad (baño de asiento): <http://www.med-serv.de/medizin-buch-wasserkur-0-8-1.html>
  
- Luzerne (alfalfa): <http://www.yinyangperu.com/alfalfa.htm>
- Bienenhonig (miel de abeja): <http://www.cocn.eu/galeria/displayimage.php?album=108&pos=2>
  
- Pfefferminztee (infusión de menta): <http://www.hexlemarion.de/Garten.html>
- Rosmarin in Blüte (romero con flores): <http://lasalcublas.blogspot.com/2008/04/nuestra-flora-el-romero.html>
- Petersilie (Peterli) (perejil): <http://www.frudestar.com/productos-2.htm>
  
- Sellerie essen (comer apio): <http://www.lvgz.ch/infos/knollensellerie.htm>
- Zwiebel essen (comer cebolla):  
<http://gesundheit.at.aol.de/Krankheiten/Chili-gegen-Schnupfen-Zahnschmerzen-1533616188-0.html>
- Knoblauchzehen essen (comer ajo macho): [http://www.misterchivo.com.mx/anec\\_regalodelcorazon.htm](http://www.misterchivo.com.mx/anec_regalodelcorazon.htm)
- Kresse essen (comer berros): [http://scifi.pages.at/querbeet/gesundes\\_monika.htm](http://scifi.pages.at/querbeet/gesundes_monika.htm)
- Kopfsalat essen (comer lechuga): <http://obst-gemuese.bitpalast.net/kopfsalat.html>

### **Reduktion der Harnsäure (gegen Rheuma)**

- Fleisch reduzieren, z.B. Hühnchen (Poulet) (reducir carne, p.e. pollo): Foto von Michael Palomino, Markt von La Libertad, Comas, Lima 2007
- Fleisch reduzieren, z.B. Rumpsteak (reducir carne, p.e. asado de lomo):  
<http://creolo-hotsauce.com/Cooking-Recipes.html>
- Fisch reduzieren, z.B. Gemeine Goldmakrele (reducir pez, p.e. perico lat. Coryphaena hippurus): Foto von Michael Palomino, Hafen von Pucusana, 2008
- Meeresfrüchte reduzieren (reducir mariscos): [http://www.losmejoresdestinos.com/espana\\_turismo.htm](http://www.losmejoresdestinos.com/espana_turismo.htm)
- Altkäse reduzieren (reducir queso viejo): <http://www.quesosjm.es/variedades.php>
- Eier reduzieren (reducir huevos): <http://www.nutricion.pro/tag/huevos>
- Salz im Salzstreuer reduzieren (reducir sal en salero):  
[http://www.profesoramarichal.com/alumnos\\_en\\_obra/jeroglificos2.htm](http://www.profesoramarichal.com/alumnos_en_obra/jeroglificos2.htm)
- alkoholische Getränke reduzieren (reducir bebidas alcohólicas): [http://jps-sc.blogspot.com/2008\\_01\\_01\\_archive.html](http://jps-sc.blogspot.com/2008_01_01_archive.html)

### **Schwangerschaftsabbruch innerhalb von 10 Minuten nach dem Sex**

- Klistier (lavativa): <http://lalimpiezahepatica.blogspot.com/2008/06/lavativas-no-es-para-tanto.html>
- 1 Liter Wasser (agua 1 litro): [http://www.roedter.de/?page\\_id=225](http://www.roedter.de/?page_id=225)
- Salzwasser (agua de sal): <http://www.farbedesmonats.de/weiss#>

- Zitronenwasser (agua de limón): <http://www.tropenland.at/trp/cont/exot/db.asp?id=42&title=Zitrone>
- Essigwasser (agua de vinagre):  
[https://secure.inforum.at/essigladen/catalog/product\\_info.php?products\\_id=123&osCsid=cee348e0207f44b077e7c55afa571f2e](https://secure.inforum.at/essigladen/catalog/product_info.php?products_id=123&osCsid=cee348e0207f44b077e7c55afa571f2e)
- Alaunwasser (agua de alumbre): <http://husoyruca.wordpress.com/2008/06/03/curso-de-tintes-naturales-dia-1/>
- getrocknete Nelkenblüten (clavel de olor, flores secados): <http://www.danish-schnapps-recipes.com/clove.html>

### **gegen Alkoholismus**

- geistige Stärke wie ein Vulkan (fuerza mental como un volcan) (Arequipa):  
<http://travel.webshots.com/photo/1385544349036333552RkOrNN>
- Abführmittel Inga feuillei (purgante: pacay (inga feuillei): <http://www.tradewindsfruit.com/pacay.htm>
- Abführmittel habilla (purgante: habilla):  
[http://www.revistaelproductor.net/index.php?option=com\\_content&task=view&id=141&Itemid=27](http://www.revistaelproductor.net/index.php?option=com_content&task=view&id=141&Itemid=27)
- Samen der Habilla (habilla, semillas): <http://www.abc.com.py/suplementos/rural/articulos.php?pid=233165>

### **gegen Koliken mit Blähungen**

- Schkuhria pinnata (canchalagua / cachalagua): <http://rjbranch.org/plants.html>
- Fenchel (hinojo): <http://www.nicodelivery.com.ar/verduras.php?&Total=1>
- Anissamen (anís semillas): <http://www.pharmakobotanik.de/schfld/sp-d-on.htm>
- Leinsamen, gelb (linaza amarilla): <http://de.wikipedia.org/wiki/Leinsamen>
- Leinsamen, braun (linaza marron):  
[http://www.lignane.de/RSG\\_Flux/DigiFolderDEUTSCH.nsf/htmlViewDocuments/88B4BD1DD64E5C05C12570B20052C77F](http://www.lignane.de/RSG_Flux/DigiFolderDEUTSCH.nsf/htmlViewDocuments/88B4BD1DD64E5C05C12570B20052C77F)

### **gegen Magenentzündung**

- Spitzwegerich (llantén): <http://de.wikipedia.org/wiki/Spitzwegerich>
- Boldo (boldo): <http://www.dicasdejardinagem.com.br/ntc/default.asp?Cod=128>
- Leinsamen, gelb (linaza amarilla): <http://de.wikipedia.org/wiki/Leinsamen>
- Leinsamen, braun (linaza marron):  
[http://www.lignane.de/RSG\\_Flux/DigiFolderDEUTSCH.nsf/htmlViewDocuments/88B4BD1DD64E5C05C12570B20052C77F](http://www.lignane.de/RSG_Flux/DigiFolderDEUTSCH.nsf/htmlViewDocuments/88B4BD1DD64E5C05C12570B20052C77F)

### **gegen Leberentzündung**

- 1 Liter Wasser (agua 1 litro): [http://www.roedter.de/?page\\_id=225](http://www.roedter.de/?page_id=225)
- Kartoffelschalen (cáscaras de papa): <http://www.oekoleo.de/schade/leo-ba-schade-2007-kompostieren.htm>
- Sommergerste auf Handfläche (cebada de verano en una mano):  
<http://www.steirersaat.at/steirersaat-fachinformationen.php>
- Gerstenkorn (cebada, grano): <http://www.tvp-pferd.de/files/frame/frameA.html?>

frameA\_main=/files/ernaeh3\_stoffe.html

**gegen Leberkrankheiten**

-- 1 Liter Wasser (agua 1 litro): [http://www.roedter.de/?page\\_id=225](http://www.roedter.de/?page_id=225)

-- Spitzwegerich (llantén): <http://de.wikipedia.org/wiki/Spitzwegerich>

-- Phyllanthus niruri (chanca piedra): <http://www.dotcompalsphotoblog.com/index.php?showimage=95>

^