

Selbsthilfe, Schutz + Stärke für Körper, Geist & Seele

## 7 WICHTIGE HOMÖOPATHISCHE ARZNEIEN + 7 X STÄRKENDE NATURHEILKUNDE FÜR DEN WINTER 2024



Aktuelle Grippe- & Erkältungsarzneien, 3 essentielle Traumamittel, Ängste abbauen,  
Erschöpfung in Kraft verwandeln

**Gabi Schörk, Heilpraktikerin**  
**Dr. Nicole Kikillus, Glücksknirpse**

### 1. OPIUM (SCHLAFMOHN)

#### Indikationen:

- **Reaktionsmittel**
- **Postcovid- brainfog / Fatigue**
- **Bronchitiden bei Corona, Influenza**
- Krämpfe nahezu aller Organe wie z.B. Magen-, Darmkrämpfe
- Schlafstörungen
- Erschöpfung, seelische/furchtbare Traumatisierungen
- Schreck, Schock, Starre
- Abspaltung - Ist doch alles gut Syndrom
- 2. Mittel der Wahl nach Schlaganfall
- nach Narkosen



Die betäubte Gesellschaft

Chronische Folgen von  
Seelenverlust Abgestumpftheit  
KI, Roboter, Automatisierung,  
digitale Welten

# 1. OPIUM (SCHLAFMOHN)

## Leitsymptome

- Rückzug bei Beschwerden: verlangen nichts, sagen sie seien gesund. Glückselige, traumähnliche, friedvolle Zustände mit trauriger Melancholie
- Schmerzlosigkeit, allgemeine Trägheit, Reaktionsmangel
- extreme Schläfrigkeit bei Fieber
- Schnarchen mit röchelnder Atmung
- Obstipation (Verstopfung)
- Lähmungen
- Nach Schlaganfall



Dosierung:

C30, C200 (je nach Kompetenz & Schwere der Symptomatik)

3 Globuli

# 1. OPIUM (SCHLAFMOHN)

## Folgen von

- Chronische Folgen von Seelenverlust - Abgestumpftheit
- Furcht, Schreck, Schock, Ärger
- Tadel, Scham
- Unterdrückungen, z.B. Absonderungen, Hautausschläge
- Alkohol (betäubt Probleme mit Alkohol)

## Körperliche Symptome

- Trägheit/Schlappeheit wie nach OPs
- Schläfrigkeit nach Operation, nach Kopfverletzungen
- röchelnde Atmung
- Delirium mit rotem Gesicht
- Fieber
- Atonie des Darms oder Blase, besonders nach OPs
- Verstopfung ohne Drang
- Darmverschluss
- Durchfall nach Schreck
- enge Pupillen
- aufgedunsenes und dunkelrotes Gesicht



Heilung

Sich das Trauma bewusst machen, ins Fühlen kommen. Raus aus der Trance und Betäubung

Bei sich wirklich ankommen

## 2. STAPHISAGRIA (RITTERSPORN)

Krebsmiasma

### Indikationen:

schlecht heilende Operationswunden, Schnittverletzungen, kariöser Zahnverfall, Gerstenkörner, rez. Zystitiden, Infekte, Kopflausbefall, Erkrankungen der Genitalien, Prostata, Gebärmutter, Kaiserschnitt

### Themen:

- Unterdrückte Emotionen/Integrität/Authentizität führen zu vielfältigen Beschwerden und Krankheiten mit nervlicher Zerrüttung
- Ehre & unterdrückte Aggression aufgrund von Demütigung, Zorn, Missbrauch, tiefste Verletzungen, Ungerechtigkeiten
- **toxische Beziehungen**
- Enttäuschung, die lange Zeit unterdrückt wurde
- Inneres Kind versucht es recht zu machen; die Wut tobt



Unterdrückung:

der autonomen Pulsation  
der eigenen Meinung  
der persönlichen Sexualität  
der ursprünglichen Individualität

## 2. STAPHISAGRIA (RITTERSPORN)

Krebsmiasma

- verletzte Liebe, Enttäuschung, Demütigung wird unter dem Deckmantel der Würde versteckt.
- **Stolz und Würde eine enorm wichtige Tugend**

### Staphisagria Menschen sind:

- nachgiebig, mild, schüchtern,
- Extreme Sensibilität ggü Grobheit & Ungerechtigkeit
- Wert spielen eine große Rolle: Stolz & Würde
- Drücken "negative" Gefühle nicht aus --> Gereiztheit, Zorn, heftige Wutausbrüche mit Zittern. Wirft mit Gegenständen
- gedanklich mit Sexualität beschäftigt



Heilung:

Auseinandersetzungen nicht aus dem Weg gehen; Ablösung & Trennung; Grenzen setzen; Stufe des Schuldig-Werdens integrieren  
Segne die Herzensqualität der anderen Person



## 2. STAPHISAGRIA (RITTERSPORN)

### Krebsmiasma

#### Symptome:

- nicht heilende Wunden
- brennende Schmerzen vor Wasserlassen
- Magenkrämpfe
- Ungeheuren Heißhunger
- Zittern durch Erregung

#### Dosierung:

C30, C200 (je nach Kompetenz & Schwere der Symptomatik)

3 Globuli

## 3. ADRENALIN - DAS ACTION HORMON

- Migräne. Heftigste Schmerzen „Ich kann mich auf nichts konzentrieren.“
- Schwellungsgefühl im Kopf.
- ADHS, erregte Menschen
- Immunsystemstörungen, Schlafstörungen, Autoimmunerkrankungen, Burnout, Elektrosmog + Schwermetall empfindlich
- Bluthochdruck, Allergien, Unverträglichkeiten
- Empfindungen: Wellen, Hitze, Herzrasen, Schweißausbrüche
- aufregendes Leben überlagert von Dramatik, Intensität + Aufregung
- **Aufregung, Erregung ist das zentrale Element**
- **DRAMA und Streitsucht**
- Oftmals in der Kindheit viel Angst. Z.B.: vor einem strengen Vater
- Adrenalin-Reaktionsmuster als Überlebensmodus



Die Aufregung liegt mir im Blut

### 3. ADRENALIN - DAS ACTION HORMON

#### Symptome

- Herzrasen.
- Schweißausbrüche.
- Innere Unruhe.
- Kopfschmerzen.
- Herzrhythmusstörungen.
- Engegefühl in der Brust.
- Schwitzen.
- Muskelzittern

#### Hilfreich:

- Omega 3 Fettsäuren (dämpfen Adrenalin, beruhigen )
- Magnesium, Kalium Phosph, Kupfer - B Vitamine regulieren Ausschüttung von Stresshormonen

Unser Adrenalin Spiegel und wie schnell er abgebaut wird, ist erblich bedingt. Verantwortlich dafür ist das COMT-Gen, das speziell mit dem Abbau von Adrenalin verbunden ist



Gegenspieler von Adrenalin ist Oxytocin

#### Dosierung:

C30, C200 (je nach Kompetenz & Schwere der Symptomatik)

3 Globuli

### 3. ADRENALIN - EINE STEREOID-SARKODE

- Patienten, die eine Sarkode als Heilmittel benötigen, vergleichen ihre Erfahrungen und Empfindungen oft mit Prozessen, die im Körper stattfinden.
- **Hoch reaktiv: plötzlich & impulsiv - es steckt KEINE Überlegung dahinter.**
- **Schnell und hastig: Ungeduld und Eile. Tun alles in Eile & mit großer Geschwindigkeit.; innerhalb kürzester Zeit alles erledigen.**
- **Hochgradig instabil: äußerst instabil, leicht zu beeinflussen, fremdbestimmt, keine Kontrolle über eigenes Leben**
- **Unruhe: körperlich sehr unruhig, bewegen sich schnell, bewegen ständig Hände oder Beine, machen unwillkürliche Bewegungen**
- DD: Aconit, Ignatia, Nux Vomica



#### Heilung

Adrenalinentzug. Auf die Reaktionsmuster achten. Langsamer & bewusster werden. Leere aushalten lernen und dem heilsamen Prozess vertrauen.  
Meditation  
Erdung



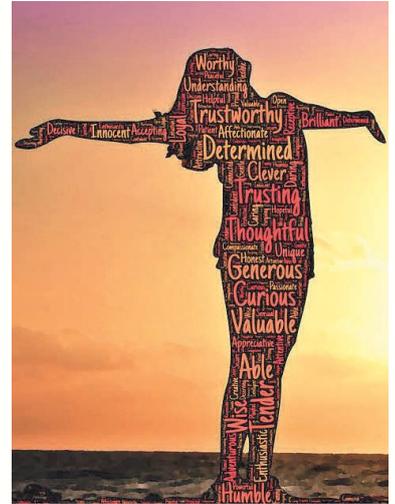
## 5. STREPTOKOKKINUM

Nosode

### Anwendungsfälle:

- **Heilt Familiensysteme, löst familiäre Verstrickungen.**
- Wichtiges Mittel bei allen Übergängen, die uns ängstigen und stressen
- **Trennungsängste, Prüfungsängste, Panikzustände, Reisen**
- Anpassungsstörungen sind oft Folgen von Traumata.
- **Essentielles Kindermittel, vor allem für ängstliche Kinder**
- Streptokokkeninfektionen: akut (C10, C40; C220) oder rezidivierend (1.3M; 7.78M; 46.66M)

Thema von Streptokokken-Angina: unterdrückte, nicht ausgedrückte Wut „Ich kriege so einen Hals“



## 5. STREPTOKOKKINUM

Nosode

### Anwendungsfälle:

- **Grippale Infekte, Coronainfektionen, Long Covid können mit Streptokokkinum begleitet werden.**
- **Lösen den Widerstand/ die Angst gegen das Krank SEIN. Das innere Kind darf sich nach nähren & umsorgen lassen - Urvertrauen entsteht**

### Anwendungsempfehlung:

- Bei keiner akuten Krise: C10 (C40) einmal tgl, 5 Globuli über 3 Wochen
- danach Resümee
- Dann zur nächsthöheren Potenz
- Mit hom. Begleitung auch gerne mit höheren Potenzen (C220, 1.3M, 7.78M, 46.66M)

# 5. STREPTOKOKKINUM

## Nosode

- Das Mittel hilft in einen ganz natürlichen Lebensflow zu kommen und sich einschneidend von Karma und Verstrickungen zu befreien - sich verbunden mit der Natur und Menschheitsfamilie zu fühlen – Potentiale werden frei..

### Affirmation

**“In mir entsteht immer mehr und mehr ein unerschütterliches Vertrauen in mich selbst und in das wunderbare Leben.”**

### Bezugsquelle:

- Brahms Apotheke Regensburg

### Heilung

Bonding, toxische Muster lösen und sich öffnen für Menschen, die Respekt, Wohlwollen und liebevolle Fürsorge möglich machen.

Ich bin mit mir und der Welt liebevoll verbunden.



# 6. CARBO VEGETABILIS DD CHINA

Holzkohle DD Chinarindenbaum

**Stärkungsmittel und Reaktionsmittel in der Regenerationsphase von Krankheiten wie Influenza, Corona , Borreliose , nach OPs , chronischen Krankheiten , Operationen**

| Carbo veg.   | China   |
|--|---|
| <p>Schwäche</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• durch Sauerstoffmangel. Die Lebenskraft ist extrem erschöpft - Anämie Causa</li> <li>• Tendenziell kein Fieber, da Lebenskraft zu schwach</li> <li>• Folge eines Schocks, Unfall oder schwerer Krankheit, Resignation, unbewusste Lebensangst, Geburtstrauma</li> </ul> <p>Mineral</p> <p>Abneigung gegen geistige Arbeit, Langsamkeit, Entschlusslosigkeit, Stumpfsinn, Verwirrung</p> | <p>Schwäche</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• durch erschöpfende Absonderungen, Verlust von Körpersäften, Blutverlust, nach Virusinfekten- Anämie</li> <li>• <b>Periodisches Fieber</b></li> <li>• Folge von Ehrgeiz, hoch hinaus wollen, Erregung, Sympathikotonie, Reinsteigern, emotionale Überforderung</li> </ul> <p>Pflanze</p> <p>übersensibel, empfindlich, große Vorstellungskraft, Große Angst um Kleinigkeiten &amp; um Zukunft, alles was er sieht stimuliert ihn, mental hochaktiv, verlangen nach Stimulanzien</p> |



## 6. CARBO VEGETABILIS DD CHINA

Holzkohle DD Chinarindenbaum

| Carbo veg.   | China  |
|--|--|
| <p>können sehr reizbar sein<br/>Grundstimmung jähzorniger</p> <p>Angst um die Gesundheit<br/>mehr negative Grundstimmung</p> <p>Ganzer Körper eiskalt, bläulich verfärbte Haut, besonders Extremitäten, selbst Atem kann kalt sein, kalter Schweiß, Verlangen nach frischer Luft</p> <p>Lunge</p> <p>Angst, keine Luft zu bekommen, Luft zufächeln bessert, feuchte Luft verschlechtert, brennendes Gefühl in Lungen, schwere Bronchitiden, Pneumonie, unangenehm riechender Auswurf</p> | <p>können sehr reizbar sein</p> <p>Angst um die Gesundheit<br/>mehr Angst im Vordergrund</p> <p>Fröstelt bei geringster Kälte Zugluftempfindlich, sehr berührungsempfindlich</p> <p>Lunge</p> <p>Atemnot mit Schleimrasseln, will angefächelt werden, feuchtes Wetter verschlechtert<br/>Krampfhaft, erstickend – Bluthusten, schwere Bronchitiden</p> |

## 6. CARBO VEGETABILIS DD CHINA

Holzkohle DD Chinarindenbaum

| Carbo veg.  | China  |
|---|--|
| <p><b>Darm</b></p> <p>Abneigung Fett + Milchprodukte, Unverträglichkeit von Alkohol<br/>Brennen im Magen, sehr starke Blähungen, Krämpfe, zusammenziehende Schmerzen, Aufstoßen bessert<br/>Neigung zu Obstipation (Verstopfung)</p> <p><b>Heilung</b></p> <p>Entscheidung für das Leben und den Sinn für das weitere Leben suchen. Für was lohnt es sich zu leben?</p> | <p><b>Darm</b></p> <p>Appetitverlust oder Heißhunger, Verlangen nach Stimulanzien<br/>Aufblähung sehr stark<br/>Keine Erleichterung durch Winde<br/>Neigung zu Diarrhoe</p> <p><b>Heilung</b></p> <p>Auf die Ressource achten, nicht zu hoch hinaus wollen, Nervensystem schützen und gut ausbalancieren</p> |
| <p>Dosierung: C30, C200 (je nach Kompetenz &amp; Schwere der Symptomatik) 3 Globuli</p>   |  |

# 7. IPECACUANHA (BRECHWURZEL)

Typhus-Miasma

## Anwendungsfälle

- **Corona mit Übelkeit und Erbrechen DD Sepia**
- **Husten - Keuchhusten - Asthma**
- **Kopfschmerzen**
- Übelkeit und Erbrechen
- Magenschleimhautentzündung - Durchfall
- **Nasenbluten**
- verstärkte Menstruationsblutung - verstärkte Geburtsblutungen



## Symptome

- Schläfrigkeit nach Erbrechen
- Beschwerden kommen periodisch immer wieder
- saubere Zunge, ohne Belag
- **Husten bis zum Erbrechen**
- anhaltende Übelkeit bei allen Beschwerden
- Übelkeit nicht besser durch Erbrechen
- reichlich Schleimbildung und Speichelfluss
- **kein Durst**
- Neigung zu Blutungen



# 7. IPECACUANHA (BRECHWURZEL)

Typhus-Miasma

| Beschwerden werden besser   | Beschwerden verschlimmern sich  |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• durch Ruhe</li><li>• durch frische Luft</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• durch Nahrung (besonders Schweine- und Kalbfleisch, Obst, Eis und Durcheinanderessen)</li><li>• durch Bewegung</li><li>• bei heißem und feuchtem Wetter</li><li>• durch Kälte</li><li>• abends und in der Nacht</li></ul> |

Dosierung: C30, C200 (je nach Kompetenz & Schwere der Symptomatik, 3 Globuli)



# 1. BACHBLÜTE NR. 5: CERATO – DIE INTUITIONSBLÜTE

## Von Urteilsschwäche zu innerer Gewissheit

### Seelische Negativhaltung

- zu wenig Vertrauen in die eigene Meinung & die eigene Intuition
- Ständig fragt man andere um Rat
- wollen alles immer richtig machen
- fühlen sich Orientierungslos & lassen sich leicht verunsichern
- schwaches Selbstwertgefühl
- Eindruck der Unselbständigkeit
- innerlich haben sie Antwort, aber Verstand argumentiert dagegen
- Zweifeln an gerade gefällte Entschlüsse
- oft sehr abhängig von Modetrends & anderen gesellschaftlichen Normen



Meditation:  
Finde Dein perfektes Mittel

# 1. BACHBLÜTE NR. 5: CERATO – DIE INTUITIONSBLÜTE

## Von Urteilsschwäche zu innerer Gewissheit

### Positive Entwicklungsmöglichkeiten

- eigene Intuition erkennen und darauf vertrauen.
- von innerer Stimme leiten lassen
- zu seinen Entscheidungen stehen
- mehr Selbstvertrauen und innere Sicherheit
- hilft auch Jugendlichen Erwachsenen zu werden

### Mögliche körperliche Symptome

- Folgen von längerer Niedergeschlagenheit
- sexuelle Störungen

### Cerato Kraftformel

Ich traue mir.  
Ich achte meine ersten Einfälle.  
Ich entscheide selbst.

Die richtigen Antworten für seinen eigenen Lebensplan findet man nicht im Außen, sondern nur im eigenen Inneren. Die innere Führung äußert sich in der Stimme der Intuition, in der Gefühl und Verstand zusammenwirken.

## 2. OXYMEL - SAUERHONIG

Honig & Apfelessig

- **antibakterielle, entzündungshemmende, immun- und nervenstärkende, verdauungs- und schlaffördernde Inhaltsstoffe**
- **kraftspendende Mineralstoffe und Spurenelemente, Vitamine, Antioxidantien, Enzyme und Aminosäuren.**
- PH Wert: 3 - 4: wird basisch verstoffwechselt
- Wirkt auch: fiebersenkend, reizlindernd und entgiftend.
- Fördert Aktivität von Magen, Leber, Galle, Blase und Darm. Reguliert Verdauung, beschleunigt Fettverbrennung und optimiert Fettstoffwechsel.



## 2. OXYMEL - SAUERHONIG

Honig & Apfelessig

### Oxymel selbst machen

- naturbelassener, kaltgeschleuderter Honig
- Essig: bio, naturbelassenm unfiltriert, nicht erhitzt
- 3 Teile Honig, 1 Teil Essig
- oder 3 Teile Honig, 2 Teile Essig
- Integriere Deine Lieblingsgarten - und Wildkräuter
  - Thymian, Salbei, Löwenzahn oder Giersch
  - Blüten, Beeren und Früchte - wie Lavendel-, Rosen- oder Kamillenblüten - Hagebutten oder Blaubeeren
  - Wurzeln oder Gewürze wie Zimt, Kurkuma oder Ingwer.



## 2. OXYMEL - SAUERHONIG

Honig & Apfelessig

- **beruhigendes Oxymel: mit Melisse, Lavendel- und Rosenblüten**
- **Anti-Husten-Oxymel mit Spitzwegerich, Thymian oder Salbei.**
- **Frühjahrs-Oxymel mit den ersten Wildkräutern zur Ankurbelung des Stoffwechsels - z. B. mit Giersch, Brennnessel und Löwenzahn.**

### Dosierung:

- Täglich 2-3 EL Oxymel in einem Glas Wasser aufgelöst trinken, am besten ca. 1/2 h vor dem Essen.
- Oxymel als Kur für einige Wochen oder regelmäßig ganzjährig
- bitte nicht erhitzen!



Mögliche Bezugsquelle

Oxymel  
vom Kopp-Verlag

## 3. KNOSPEN DER SCHWARZEN JOHANNISBEERE

Gemmotherapie: grosse Vitalkraft der Knospen, Triebspitzen und Keimlinge

- Wirkt: antiallergisch, entzündungshemmend, abwehrstärkend, schmerzlindernd, aufbauend und stärkend
- Hilft bei: Halsschmerzen, Mittelohrentzündung oder Erkältungen (schleimiger Husten, Schnupfen)
- Auch gut bei: akuten Entzündungen, Heuschnupfen, Allergie, Akne, Ekzemen, Herpes, Aphthen, Nesselfieber, unterstützend bei Gelenkbeschwerden, Gastritis, Reizdarm, Migräne, akute Blasenentzündung, Prostatabeschwerden.
- **Akutmittel: Direkt bei den ersten Anzeichen einnehmen**

### Sammeln der Knospen

- geschlossen oder leicht geöffnet
- **sehr wenige, um Strauch nicht zu schaden**



### 3. KNOSPEN DER SCHWARZEN JOHANNISBEERE

Gemmotherapie: grosse Vitalkraft der Knospen, Triebspitzen und Keimlinge

#### Worauf Du achten solltest

- Linde, Ulme, Birke, Erle, Hasel, haben derbe Schuppen, die du vor dem Verzehr entfernen solltest
- esse niemals Knospen von Bäumen oder Sträuchern, die du nicht kennst
- die Knospen von Eibe und Kirschlorbeer sind besonders giftig
- nimm Knospen nur von kräftigen Bäumen
- nimm niemals die Knospe der Astspitze, die braucht der Baum oder der Strauch für sein Längenwachstum
- nimm maximal 2-3 Knospen von einem kräftigen Ast
- wenn wir die Knospen nicht erhitzen, sind sie nahrhafter und vitaminreicher



Äpfel erntet man im Kübel,  
Kräuter im Korb und Knospen im  
Fingerhut.

### 3. KNOSPEN DER SCHWARZEN JOHANNISBEERE

Gemmotherapie: grosse Vitalkraft der Knospen, Triebspitzen und Keimlinge

#### Gemmomazerat Grundrezept - für 100ml

- **Zutaten:**
  - ca. 5 -6 Knospen
  - 1 Teil Wasser
  - 1 Teil Glycerin
  - 1 Teil 40% Alkohol
- **Herstellung**
  - Knospen mit Keramikmesser zerkleinern und in ein Glas füllen
  - Wasser, Glycerin und Alkohol dazu
  - Glas gut verschließen. Vor Sonneneinstrahlung schützen. 1 Monat stehen lassen, jeden Tag schütteln
  - Nach 1 Monat abfiltern.

#### Mögliche Bezugsquelle

revitalconcept.com  
10% Rabatt ab 50€ Bestellwert  
mit  
Code AY1DFS

#### Verwendung

- in eine Flasche mit Pump-Sprüh-Aufsatz oder eine Tropfflasche füllen
- 2-4 Mal pro Tag in den Mund sprühen oder 10 Tropfen einnehmen  
Schleimhäute damit gut benetzen

## 4. GINKGO (Baum aus dem asiatischen Raum)

- Baum kann 2000 Jahre alt werden. Widerstands- & anpassungsfähig
- Bedeutung der Unbesiegbarkeit und der Hoffnung
- zweigeteilte Form des Ginkgo Blatts: Yin und Yang
- Eingesetzt in Asien im medizinischen Bereich + Schönheitspflege
- Blätter, Rinde, Wurzeln, Samen können verwendet werden
- **Verbesserung von Gedächtnisleistungen, des Lernvermögens und Durchblutung --> Mikrozirkulation in Geweben**
- angewendet bei Schwindel, Tinnitus, Durchblutungsstörungen, Husten, Tuberkulose, Asthma, Demenz, Alzheimer, Blaseninfektionen;
- positive Auswirkungen auf Seh- & Hörvermögen



## 4. GINKGO (Baum aus dem asiatischen Raum)

- **Psyche & Ginkgo:**
  - Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit
  - positiven Einfluss auf die gesamte Psyche & das Gedächtnis
  - Stress reduzierende Wirkung
- **Bluthochdruck:**
  - vermindert das Zusammenkleben des Blutes und senkt Risiko für Blutgerinnsel
  - Stärkung des Nervensystems
- Senkt Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen
- Periphere, arterielle Verschlusskrankheit (pAVK)



### Dosierung

240 mg pro Tag über mind. 8  
Wochen  
Natürlicher Wirkstoff!



## 5. SCHAFGARBE - MUTTER DER WILDKRÄUTER

- Inhaltsstoffe: v.a. ätherischen Öle, Flavanoide, Bitterstoffe und Gerbstoffe
- Wirkung: entzündungshemmend, antibakteriell, antiviral, beruhigend, stärkend und entkrampfend
- Bei Atemwegsbeschwerden
- **Bauchweh- und Blutstillkraut: bei kleineren Verletzungen, Blutungen und sogar Wunden**
- Auch äußerlich anwendbar als Tinktur, Öl, Wickel: Balance der Haut
- **Frauenkraut: bei unregelmäßigen Zyklen & PMS-Symptomen; Sorgt für Gleichgewicht bei Menstruationsblutungen**
- Millefolium auch als Urtinktur erhältlich



## 6. HOLUNDER

- Inhaltsstoffe: v.a. Flavonoide, Schleimstoffe & ätherisches Öl
- Wirkung: schweißtreibend, fiebersenkend und harntreibend
- Bei einer beginnenden Erkältung, Frösteln und Fieber
- **Beeren des Holunders:**
  - antivirale Stoffe, die bestimmte Proteine von Inflenzaviren blockieren
  - histaminarm
  - Vitamin C, Pflanzenfarbstoff: Stärkung & Stimulierung des Immunsystems
  - **täglich ungesüßter Direktsaft; Saft nur erhitzt genießbar --> Übelkeit/Durchfall**
  - Beeren sind roh ungenießbar



## 6. SAMBUCUS NIGRA - HOLUNDER - HOMÖOPATHISCH

- Wichtiges Mittel bei trockenem Schnupfen, Bronchitis mit Atemnot, Pseudokrapp und Asthma bronchiale.
- Bei Säuglingen und Kleinkindern mit nicht fließendem, sog. Stockschnupfen. Säuglinge können nicht saugen, beim Hinlegen bekommen sie keine Luft.
- Asthmaanfälle nachts, wenn der Schweiß aufhört und die trockene Hitze kommt
- **Erwachen durch Atemnot, muss sich aufsetzen**
- Atemnot nach Mitternacht
- tagsüber Schweiß, nachts trockene Hitze
- **durstlos, obwohl er heftig schwitzt bzw. nachts heiß ist**
- **Beschwerden bessern sich durch Bewegung**



## 7. KUPFERFLASCHE

### natürliche alkalische Wasserflaschen

- Kupfer gibt einige seiner Ionen ans Wasser ab, falls länger als 8h in Kupferflasche
- Kupfer ist ein Spurenelement - muss von außen zugeführt werden
- Kupfer hat antimikrobielle, entzündungshemmende, antikarzinogene und anti-oxidative Eigenschaften
- Kupfer ist ein natürliches Antibiotikum
- für die Wundheilung

### mgI positive Eigenschaften beim Trinken aus einer Kupferflasche

- Blutdruck ausgleichend
- Krebsprävention
- Unterstützt die Funktion der Schilddrüse
- Verbesserte Eisenresorption
- Hilfreich bei Arthritis und entzündete Gelenke



# 7. KUPFERFLASCHE

## natürliche alkalische Wasserflaschen

### mgl. positive Eigenschaften beim Trinken aus einer Kupferflasche

- Negiert Infektion
- Hilft bei der Verdauung
- Hilft dem Herz-Kreislauf-System
- Kontrolliert den Alterungsprozess
- Erhöht die Effizienz des Gehirns
- **Verhindert Schlaganfall**
- Gewichtsverlust
- Hilft bei der schnelleren Heilung von Wunden
- Reisen im Ausland: kann vor Darmerkrankungen schützen

#### Mögliche Bezugsquelle

Kupferflasche  
vom Kopp-Verlag

#### Cuprum metallicum (homöopathisch)

Verkrampfte Mutterliebe  
Kupfer entspannt das  
Nervensystem