

Schwarzkümmelöl (*Nigella sativa*) plus Teebaumöl (*Melaleuca alternifolia*)

Schwarzkümmelöl

Indikationen:

Akne, Allergien, Angina, nat. Antibiotika, Appetitmangel, Asthma, Bronchialasthma, Blutbildung, Immunsystem, chron. Bronchitis, Candidas albicans, Herzinfarkt-vorbeugend, Cholesterin, Darmkoliken, Darminfektionen, Darmträgheit, Milchschorf, Depressionen, Hormonstörungen, Dermatitis, Diabetes, chron. Durchfall, Ekzeme, Hautkrankheiten, Hämorrhoiden, Müdigkeit, Frigidität, Impotenz, Gastritis, Darmkatarrh, Blähungen, Magen-, Darmgeschwüre, Wechseljahre, Menstruationskrämpfe, Neuralgien, Osteoporose, Polyarthritits, Psoriasis, Heuschnupfen, Multiple sklerose, Brustspannungen, Sinusitis, Magenübersäuerung, Krampfadern, Würmer ...

Zusammensetzung :

Frisches kaltgepresstes Öl oder ganzer gemahlener Samen Kapsel, 100% Nigella sativa oleum / semen

Sammelgut :

Samen, kaltgepresstes Öl

Die alten Ägypter betrachteten den Schwarzkümmel als Allheilmittel. Mohammed, der islamische Prophet, schreibt in seiner Schrift Hadith: "Schwarzkümmel heilt jede Krankheit, außer den Tod". Amerikanische Forscher sprechen ihm eine starke immunregulatorische Wirkung zu. Dadurch kann er ein krank gewordenes Abwehrsystem wieder normalisieren und gleichzeitig optimieren. Mit Schwarzkümmelöl können viele Krankheiten behandelt werden, besonders auch **Diabetes und Krebs**. In den USA ist Schwarzkümmelöl schon längere Zeit im Handel zu haben, und zwar als Nahrungsergänzung und nicht als Heilmittel oder Arznei. Die exakten Analysen der Inhaltsstoffe und Wirkungsweise wurden ebenfalls in Amerika durchgeführt. Sie haben bestätigt, daß das uralte, seit Jahrhunderten erprobte Öl ein Allheilmittel ist, welches in den USA sehr populär wurde. Schwarzkümmelöl ist ein Nahrungsmittel, das keine Nebenwirkungen hat und daher wie das tägliche Brot konsumiert werden kann. In Europa ist Schwarzkümmel als Gewürz und Öl weitgehend in Vergessenheit geraten.

In Ägypten spielte Schwarzkümmel schon zur Zeit der Pharaonen eine große Rolle. Er wurde sogar den Toten mitgegeben, denn sie glaubten, daß sie ihn im Leben nach dem irdischen Tod gebrauchen könnten. So fand man auch bei Ausgrabungen im Grab von Pharao Tutenchamun ein Fläschchen Schwarzkümmelöl. Islamische Gelehrte berichten, daß die Leibärzte der Pharaonen vor über 3000 Jahren das Öl gegen viele Krankheiten wie Frauenleiden, Erkältungen, Kopf- und Zahnschmerzen einsetzten. Vor allem auch dann, wenn sich jemand schwächlich fühlte, oder zu unerklärlichen Entzündungen, bzw. Hautunreinheiten, neigte.

Schwarzkümmelöl enthält sehr viele ungesättigte und hochungesättigte Fettsäuren, wie Linol- und Gamma-linolensäuren. Diese sind ebenso wichtig wie Vitamine und Mineralstoffe und für die Hormonproduktion unerlässlich. Eindeutig belegt ist, daß sie einen positiven Effekt bei **Neurodermitis** haben (siehe auch Borretsch- und Nachtkerzenöl). Hormonstörungen spielen bei **Wechseljahrproblemen** eine große Rolle. Mit Schwarzkümmelöl können solche Beschwerden gemildert werden. Es liegen Studien vor die zeigen, daß Schwarzkümmel auch bei **Kopfweg** Linderung bringen kann. Die kürzlich entdeckten Anwendungsgebiete bei **Asthma, Allergien, Diabetes und möglicherweise auch Krebs** machen klar, daß jeder von uns diese essentiellen Fettsäuren braucht.

Schwarzkümmel ist in Nordafrika heimisch und wird auch in der Türkei und im Orient angebaut. Die Früchte unterscheiden sich rein äußerlich von dem bei uns bekannten braunen Kümmel (*carum carvi*) schon dadurch, daß sie durchgehend schwarz und deutlich kleiner sind. Auch im Geschmack und Geruch bestehen wesentliche Unterschiede. Die Wirkung des Schwarzkümmels beruht in der Hauptsache auf dem im ätherischen Öl enthaltenen Carvon, das auf den Magen anregend, auf den Darm jedoch beruhigend und blähungswidrig wirkt. Darum kann er, wie der echte Kümmel, für Magen- und Darmprobleme eingesetzt werden, denn er fördert die natürliche Darmflora, während er die krankmachenden Bakterien unterdrückt. Dies kann allergische Reaktionen neutralisieren und erklärt die mildernde Wirkung bei Asthma, Pollenallergien

(Heuschnupfen), Stauballergien und grippalen Infekten. Da sich Schwächen im Magen-Darm-Bereich oftmals auf Herz und Kreislauf auswirken, kann Schwarzkümmelöl auch bei diesen Beschwerden Linderung bringen. Die günstige Wirkung bei Störungen im Leber- und Gallenbereich ist zu betonen. Auch das Immunsystem wird bei einer regelmäßigen Anwendung gestärkt. Es wurde auch eine bedeutende **blutzuckersenkende Wirkung** beobachtet. Wissenschaftler des Cancer Immuno-Biology Laboratory von South Carolina schreiben: "Generell hilft Nigella sativa-Extrakt Knochenmark- und Immunzellen zu stimulieren. Es steigert die Interferonproduktion, schützt normale Zellen vor den zellschädigenden Effekten durch Viren, **zerstört Tumorzellen** und erhöht die Anzahl antikörperproduzierender B-Zellen. Alle beobachteten Funktionen machen das Schwarzkümmelöl zu einem idealen Kandidaten für den Einsatz bei der **Krebsprävention und -heilung**". Äußerliche Anwendung erfährt das Schwarzkümmelöl z.B. bei **rheumatischen Beschwerden**.

US-Forscher haben den Erfolg von Schwarzkümmelöl bestätigt. In der Volksmedizin im Orient und in Asien ist dieses Öl seit langem bekannt, denn die Ärzte von Ägypten bis China haben sich diesen Effekt bei entzündlichen Prozessen und Pilzbefall zunutze gemacht. Auch in Deutschland wurde neuerdings die Wirkung vom ägyptischen Schwarzkümmelöl auf die menschliche Gesundheit entdeckt. Der Münchner Immunologe Dr. med. Peter Schleicher (seit 1986 jüngstes Mitglied der Weltakademie der Wissenschaften) untersuchte in seinem Institut zur Erforschung neuer Therapieverfahren chronischer Krankheiten Inhaltsstoffe und Wirkungsweise der Schwarzkümmel-Extrakte. Seine Erkenntnisse decken sich mit denen der amerikanischen Kollegen. Er schreibt: "Mit dem Öl aus dem Schwarzkümmelsamen gelangen wertvolle, mehrfach ungesättigte Fettsäuren, wie zum Beispiel Linol- und Gammalinolensäure, in den Organismus. Durch sie wird die Synthese wichtiger immunregulatorischer Substanzen ermöglicht, wie von Prostaglandin E 1. Die Linolsäure stabilisiert die Zellmembrane und das Prostaglandin wirkt stark entzündungshemmend. Dadurch werden krankmachende Immunreaktionen unterbunden, welche die Auslöser für viele chronische Krankheiten sein können. **Von Akne über Heuschnupfen bis Krebs.**"

Außerdem werden durch die Inhaltsstoffe im Schwarzkümmelöl die übersteigerte T-Zellenfunktion des Allergikers stabilisiert und die krankhaft gesteigerte Immunreaktion durch Antikörper unterdrückt. Die übertriebene Immunantwort wird normalisiert und die Mastzelldegranulation verringert. Schleicher hat inzwischen an über 600 Patienten das ägyptische Schwarzkümmelöl getestet. Er kam zu folgendem Ergebnis: Bei über **70%** der Patienten wurde eine Ausheilung **allergischer Krankheiten** festgestellt. Darunter waren **Staub- und Pollenallergiker, Akne- und Neurodermitiserkrankungen, Asthmapatienten** und solche, die ganz allgemein abwehrgeschwächt und daher in hohem Masse infektanfällig waren. Er setzt daher Schwarzkümmelöl vorbeugend gegen **Erkältungskrankheiten und Grippe** ein. Ein verrückt spielendes Immunsystem wird wieder harmonisiert und dadurch optimiert. Dieser stark immunregulatorische Effekt des Schwarzkümmelöls wird auch durch die amerikanische Studie festgestellt.

Dies bestätigt die Wirkung, die der Gewürzpflanze schon im Orient bei allen Arten von **Allergien, Entzündungen, Menstruationsbeschwerden, Depressionen, Bronchitis, Asthma, Hauterkrankungen, wie Neurodermitis, Flechten, Pilzkrankungen, Verdauungsproblemen und Potenzschwäche** zugesprochen wurde. Die erwähnten Begebenheiten, daß der Pharao Tutenchamun ein Fläschchen feinstes Schwarzkümmelöl ins Grab bekam und Mohammed, der islamische Prophet sagte, daß Schwarzkümmelöl jede Krankheit außer den Tod heile, können wir nun gut verstehen. Die ungemein breit gefächerte Wirkung macht es medizinisch sehr wertvoll. Verschiedene Inhaltsstoffe wirken so erstaunlich zusammen, daß man das Schwarzkümmelöl ruhig als "Allheilmittel" bezeichnen kann. Achten Sie aber beim Kauf von Schwarzkümmelöl auf dessen Ursprung. Nur Nigella sativa ist der echte Schwarzkümmel mit seinen wunderbaren Eigenschaften.

In früheren Jahrhunderten kannte man das Schwarzkümmelöl auch in unseren Breitengraden. Es wurde gegen **Blähungen, Gelbsucht, Ruhr, Magen- und Lungenleiden, zur Harnausscheidung und Stärkung des Milchflusses bei stillenden Müttern** angewandt. Leider geriet es durch den Siegeszug der chemischen Arzneimittel wieder in Vergessenheit. Heute befürworten immer mehr Ärzte die Verwendung von Schwarzkümmelöl. Die Fernsehärztin, Frau Dr. Antje Kühnemann, zeigte sich fasziniert von den Informationen über das erneut entdeckte Heilöl. Sie berichtete, daß in China und Indien Schwarzkümmelöl erfolgreich, wie ein **natürliches Antibiotikum**, eingesetzt wurde. Außerdem sei beim internationalen Krebskongress in Neu Delhi die **Anti-Tumor-Wirkung** des Öls erstmals vielen Wissenschaftlern und Ärzten bekanntgemacht worden.

Dosierung und Anwendung: 3 mal täglich 1-2 Kapseln vor dem Essen. Inhalt pro Kapsel: 500 mg. Die Wirkung gegen Pilze und Infektionen im Darmbereich kann mit Teebaumöl verstärkt werden.

Teebaumöl

Indikationen:

Akne, Pickel, Hautentzündungen, Sonnenbrand, leichte Verbrennungen, Schuppen, fettes Haar, Milchschorf, Herpes, Warzen, Abszesse, Furunkel, Infektion der Atemwege, Zahnfleischentzündung, Karies, Fuss- und Nagelpilz, Candida albicans, Soore, Schweiß-Füße, Schürfwunden, leichte Verletzungen, Läuse ...

Zusammensetzung :

100% reines ätherisches Öl aus biologischem- oder biologisch-dynamischem Anbau mit mindestens 35% Terpinen-4-ol und unter 5% Cineol und über 50 anderen Wirkstoffen.

Sammelgut :

Blätter des Australischen Teebaumes (mittels Dampfdistillation)

Der Name Teebaum ist leicht irreführend, da er mit dem, was Tee für uns bedeutet, überhaupt nichts gemeinsam hat. Als im Jahre 1770 Kapitän Cook das Gebiet der Aborigines besuchte, kochten seine Seeleute einen würzigen Tee aus den Blättern des Melaleuca-Baumes. Daher der Name Teebaum (nicht zu verwechseln mit dem Teestrauch). Der "Teebaum" wächst in bestimmten Regionen Australiens. Das Teebaumöl wird durch das Destillieren der Blätter des Teebaumes gewonnen. Es ist eine farblose bis leicht gelbe Flüssigkeit, hat einen charakteristischen Geschmack und Geruch.

Teebaumöl wird seit langer Zeit sowohl für medizinische Zwecke, als auch zur Schönheitspflege eingesetzt. Die Bundjalung-Aborigines machten aus den zerstampften Blättern des Teebaumes Umschläge bei entzündlichen Wunden und Hautkrankheiten. Die Heilkräfte sind diesen Ureinwohnern schon seit Jahrtausenden bekannt und überliefert. Die ersten weißen Siedler lernten von den Aborigines schnell die vorzüglichen Eigenschaften des Öls schätzen und schon bald war es ein wichtiger Bestandteil der Erste-Hilfe-Ausrüstung im Busch.

Der Baum wird etwa 7 m hoch und zeigt eine erstaunliche Überlebenskraft, überwindet er doch wiederkehrende Trockenzeiten, wochenlange Überschwemmungen, sowie verheerende Waldbrände. Teebaumöl gehört zu den aufregendsten und interessantesten ätherischen Ölen, da es rund **48 organische Verbindungen** aufweist. In der Aromatherapie deckt es den wohl größten Anwendungsbereich ab. Achten Sie beim Kauf der Essenz auf den Cineol- (unter 5%) und Terpinen-4-ol-Gehalt (über 35%). Manchmal wird Melaleuca alternifolia mit ertragreicheren und daher billigeren Sorten, wie Melaleuca linariifolia oder Melaleuca dissitiflora gemischt. Zum Teil wird auch der Cineol-Gehalt künstlich gesenkt und der Terpinen-4-ol-Gehalt angehoben um eine bessere Qualität vorzutauschen. Therapeutisch am wertvollsten sind nur die naturbelassenen, unverfälschten Teebaumöle.

Es gibt viele Bücher über dieses interessante ätherische Öl. Beim sanamin-Verlag erhalten Sie Auskunft über deren Titel. Sie sind voll von vielen Erfahrungsberichten, daher möchte ich mich auf das Wesentliche beschränken und nur ein paar Beispiele anführen, bei denen schon gute Erfolge verzeichnet wurden: **Akne, Pickel, Hautentzündungen und Hautreizungen, rissige Haut:** Gesicht gründlich waschen, das Teebaumöl mit den Fingerspitzen direkt aus der Flasche sparsam 3-4 mal täglich auf die betroffenen Stellen auftragen, nach Besserung 1-2 mal täglich. Teebaumöl auch ins warme Wasser geben und das Gesicht reinigen. Kann während einigen Wochen angewandt werden. Teebaumöl hat etwa eine 5-fache desinfizierende Wirkung, als handelsübliche Desinfektionsmittel.

Sonnenbrand, leichte Verbrennungen: Einige Tropfen Teebaumöl auf die betroffenen Stellen auftragen. Wirkt schmerzlindernd.

Arthritis, Krampfadern, Prellungen, Muskelschmerzen: 3-5 Tropfen mit einer kleinen Menge Energetik-Crème vermischen und auf die betroffene Stelle einmassieren. Kann auch unverdünnt auf die Haut einmassiert werden.

Haarpflege, Schuppen, fettes Haar, Kinderschorf: Vor dem Waschen mit 4-5 Tropfen Teebaumöl die Kopfhaut massieren. Dem Shampoo einige Tropfen Teebaumöl begeben. Wirkt **durchblutungsfördernd** und **kräftigt** die Haarwurzeln, wenn nach dem Waschen 2-3 Tropfen auf die nassen Haare einmassiert werden.

Herpes, Warzen, Abszesse, Furunkel: Unverdünnt mehrmals täglich 1 Tropfen auftragen. Wirkt gegen **Viren** und **desinfiziert**.

Infektion der Atemwege: Nase mit Teebaumöl einreiben. Mit 1 Tropfen gurgeln. Zum Inhalieren 5 Tropfen in eine mit heißem Wasser gefüllte Schüssel geben, Dämpfe einatmen. Brust und Rücken einreiben. Vor dem Schlafen einige Tropfen auf das Kopfkissen geben. 100% echtes Teebaumöl hinterlässt keine Flecken.

Zahnfleischentzündung, Karies: Nach dem Zähneputzen 1 Tropfen Teebaumöl mit Zahnbürste einmassieren. Der Duft ist zu Beginn gewöhnungsbedürftig. 100% reines Teebaumöl kann verdünnt auch eingenommen werden.

Fuß- und Nagelpilz, Candidas, Soore: Befallene Stellen waschen, 2 x täglich einige Tropfen einmassieren, Nägel bei Nagelpilz mit Feile aufrauen, 2 x täglich 1 Tropfen einmassieren. Zur Desinfektion kann der ganze Fuß eingerieben werden.

Riechende Füße: Dem abendlichen Fußbad 10 Tropfen begeben. Die Füße eventuell mit einigen Tropfen Teebaumöl massieren.

Schürfungen, leichte Verletzungen: 1 - 2 Tropfen auf die betroffenen Stellen auftragen. Wirkt schmerzlindernd und desinfizierend.

Läuse, Ungeziefer: Kopfläuse sind sehr unangenehm. Teebaumöl vertreibt sie wirksam. Auch gegen Läuse und Ungeziefer an Pflanzen, sowohl im Zimmer als auch im Freien. Bei empfindlichen Pflanzen, Teebaumöl verdünnen. Ist ein biologischer Pflanzenschutz.

Quelle: www.sanat.tv