

Schutz vor Corona-Virus

Nun ist Phytotherapie gefragt, denn Pflanzen haben bereits in Hunderten von Jahren ausgeklügelte Abwehrmechanismen entwickelt, damit Infektionen reduziert und keine Resistenzen gebildet werden können. Darum liegt es nahe, dass wir diese Pflanzenkräfte nutzen und so uns zusätzlich schützen.

Die beste Wirkung erzielen Sie, wenn Sie Pflanzenextrakte mischen, denn das gibt Synergien und eine stärkere Wirkung. Bei der Mischung achtet man darauf, dass verschiedene Systeme gestärkt werden: Darmflora, Entgiftung der Leber, Abwehrfunktion, Stärkung der Schleimhäute in den Atemwegen, Herzschutz bei Ansteckung, Stärkung der Psyche und Reduktion der Stresssituation. Folgende Urtinktur-Mischung zu gleichen Teilen könnte eine gute Wahl sein (kann in einer gut bestückten Drogerie gemischt werden):

Pflanze	Wirkungen
Echinacea	Abwehrfunktion, speziell der ersten unspezifischen Abwehr
Zistrose	Abwehrfunktion, speziell der ersten unspezifischen Abwehr
Süssholz	Immunmodulation, Leberschutz, Schleimlösung in den Atemwegen, Förderung des Auswurfes
Mariendistel	Entgiftung über die Leber, Leberzellschutz
Taigawurzel	Stärkung der mentalen und physischen Leistungsfähigkeit, Reduktion von stressbedingten Belastungen, Immunmodulation, adaptogene Wirkung auf Immun-, Hormon- und Nervensystem, Leberschutz
Weissdorn ev.	Herzstärkung, Schutz vor Herzmuskelentzündung (nur bei Ansteckung)
Thymian	Stärkung der Darmflora, Erwärmung und Durchblutung der Schleimhäute, erste Abwehrfunktion in den Schleimhäuten der Atemwege durch Bitterstoffe, Förderung des Auswurfes

Dosierung:

1mal täglich 15-20 Tropfen mit wenig Wasser über 4 Wochen zur Prophylaxe.

3mal täglich 15-20 Tropfen mit wenig Wasser bei einer Infektion (mit Weissdorn).

Trinken Sie genügend! Hilfreich ist auch Brennnesseltee, der die Ausscheidung über die Niere fördert und gleichzeitig das Blut stärkt. Zwei Tassen täglich.

Dazu gelten die Regeln des BAGs!

Ich wünsche Ihnen alles Gute und bleiben Sie gesund!

Andrée Rechsteiner