



Andreas König

Hilbern 23, 4521 Schiedlberg

+43 (0) 650/490 33 99

✉ [info@gesundeleben.online](mailto:info@gesundeleben.online)

<https://www.facebook.com/andreas.konig.37604>

<https://gesundeleben.online/>

## Die heilende Kraft von DMSO und Beinwell bei Schmerzen

### DMSO – Dimethylsulfoxid – Grundsätzliche Infos

Dimethylsulfoxid, abgekürzt DMSO wird in der Human- und Veterinärmedizin bereits seit Jahrzehnten angewendet. DMSO ist eine wässrige, farb- und fast geruchlose Flüssigkeit, mit unglaublichen Fähigkeiten. Es besitzt ganz hervorragende Lösefähigkeiten. Es löst sowohl fett-, als auch wasserlösliche Stoffe aus dem rohen Pflanzenmaterial.

DMSO ist eine natürliche organische Schwefelverbindung, ein vielseitiges chemisches Lösungsmittel, das bei der Holzverarbeitung als Nebenprodukt der Zellstoffherstellung entsteht. Das Besondere ist, dass DMSO bei verschiedenen Erkrankungen eine positive pharmakologische Wirkung entfalten kann. Zudem ist DMSO ein interessantes Mittel zur Herstellung von Kräuterauszügen. Es ist ein hervorragendes Transdermales Transportmedium; bzw. Kanal-(Zell)öffner, welches andere Heilmittel tief unter die Haut bringt, damit diese z.B. an Gelenken ihre Wirkung entfalten können. DMSO selbst wirkt schmerzreduzierend und entzündungshemmend und potenziert dadurch die schmerzlindernde Wirkung einer Salbe, eines Kräuterauszugs etc.

Dank seiner extrem starken Lösefähigkeit braucht ein DMSO-Auszug nur 1-2 Tage, bis er fertig ist! Daher ist es das perfekte Mittel, um schnell und einfach Tinkturen und Kräuterauszüge herzustellen.

Der aller größte Vorteil: DMSO hat etliche eigene positive Effekte und verstärkt gleichzeitig die Wirkung der Kräuter um ein Dreifaches!

DMSO wird am häufigsten äußerlich angewendet. Nachfolgend die häufigsten Einsatzgebiete:

Rheumatische Erkrankungen

Gelenkentzündungen (Arthritis)

Osteoporose

Arthrose

Verletzungen

Muskelverhärtungen

Blasenentzündung

Schilddrüsenentzündungen

Bandscheibenprobleme

Multiple Sklerose

Krebserkrankungen

Durchblutungsstörungen

Achillessehnenentzündung

Magengeschwüre

Darmentzündung

Allergien

Akne

Halsentzündungen

Schuppenflechte

Nasennebenhöhlenentzündungen

Augenerkrankungen

Demenz

Wirksam ist es auch bei diversen anderen stillen, systemischen Entzündungen, aus welchen die verschiedensten Zivilisationskrankheiten entstehen.

Nähere Infos: <https://calendula-kraeutergarten.de/dms0-dimethylsulfoxid/>

<https://einfachlynni.de/hexenkraeuter-und-zauberpflanzen/>

## **DMSO - DAS KLEINMOLEKULARE WUNDER**

In den letzten Jahren hat es vermehrt als alternatives Heilmittel und bewährtes Hausmittel auf sich aufmerksam gemacht. Kein Wunder, denn es soll die Wundheilung antreiben, Schmerzen lindern und Entzündungen reduzieren. Dadurch hat DMSO die Chance richtig durchzustarten und die natürliche Behandlung zahlreicher Erkrankungen sowie Beschwerden zu revolutionieren.

So kann die Schwefelverbindung bestimmten Wirkstoffen das tiefe Eindringen in die Zellstrukturen einzelner Organe ermöglichen. Ohne die Kombination mit dem natürlichen Mittel würde das nur schwerlich gelingen. Im Mittelpunkt stehen dabei die Linderung von Schmerzen, die Reduzierung von Entzündungen (insbesondere bei bakteriellen oder viralen Infekten) und die Unterstützung der Wundheilung.

In deiner Leber wird DMSO zu MSM umgewandelt. Bei diesem Umwandlungsprozess kommt es zur typischen Köperausdünstung über Ausatemluft, Schweiß oder Urin. Bei MSM handelt es sich ebenfalls um eine organische Schwefelverbindung, bei der nach Einnahme aber keine Ausdünstung über Körper oder Atemluft zu erwarten ist.

### **DMSO STUDIEN: WAS SAGT DIE WISSENSCHAFT ZU DIMETHYLSULFOXID?**

Bereits im Jahr 1960 begann Dr. Jacob mit wissenschaftlichen Forschungen bzw. auf der Suche nach geeigneten Lösungen für Gewebeproben und Organe. Dabei machte er die Entdeckung, dass sich Gewebeproben in einer DMSO-Lösung so „pudelwohl“ fühlen, dass sich das Gewebe rascher regeneriert, die Zellteilung optimiert und generell der Selbstheilungsprozess der Zelle angeregt und beschleunigt wird.

Positive DMSO-Erfahrungsberichte zu DMSO-Anwendungen bei gesundheitlichen Problemen mit dem Bewegungsapparat gibt es nun auch in einschlägigen Foren oder auf öffentlichen Seiten nachzulesen.

### **SO WENDEST DU DMSO AN**

Grundsätzlich kannst du DMSO in Eigenverantwortung sowohl innerlich und äußerlich anwenden. Innerlich gelingt das mit Trinklösungen oder Infusionen sowie Injektionen. Letztere dürfen ausschließlich durch Ärzte oder Heilpraktiker verabreicht werden. Aufgrund der zu erwartenden körperlichen Ausdünstung, ist die Trinkvariante mit MSM Pulver anstelle der DMSO Trinklösung zu bevorzugen und hat sich auch diese bereits bestens bewährt.

Die äußerliche DMSO-Anwendung ist ganz einfach und von Kopf bis Fuß möglich. Dazu wird das entsprechende Produkt für die Anwendung je nach Körperstelle, mit Wasser, isotonischer Kochsalzlösung, Magnesiumchloridlösung oder Kokosöl verdünnt. Hier sollten die dem jeweiligen Körperteil entsprechenden Lösungsverhältnisse eingehalten werden.

Alternativ kann DMSO direkt als Salbe oder Gel auf die erkrankte oder schmerzende Körperregion aufgetragen werden.

Die Taxifunktion, die DMSO übernimmt, hilft dabei, andere kleinmolekulare Substanzen auf dem „Rücksitz“ in den Körper einzuschleusen. So können weitere alternative Heilmittel effektiv in den Organismus gelangen.

#### **Die drei wichtigsten REGELN DER DMSO-ANWENDUNG**

1. Lagere DMSO ausschließlich bei Raumtemperatur und lichtgeschützt.
2. Lasse die Substanz nicht mit Kunststoffoberflächen oder Farbstoffen in Berührung kommen. Es greift die Oberfläche von Kunststoff an und löst Weichmacher oder Farben aus deiner Kleidung.
3. Reinige deine Haut vor der äußerlichen Anwendung und lasse die Anwendung 15 - 20 Minuten einziehen, bevor du wieder etwas anziehst.

Nähere Infos: <https://www.urkornstueberl.com/blogs/news/dmso-das-kleinmolekulare-wunder>

## DMSO Tinkturen – DMSO Pflanzenextrakte

Die Heilwirkung von DMSO (Dimethylsulfoxid) als Hausmittel bei einer Vielzahl von Anwendungsgebieten ist seit den 1960er Jahren bekannt. Vor allem wegen der schnelleren Heilung von Entzündungen und Wunden sowie der Glättung und Beruhigung von Narben ist DMSO zur Anwendung auf der Haut schon lange beliebt. Diese Wirkungen beruhen auf den einschleusenden und den kanalöffnenden Eigenschaften von DMSO – biochemische Prozesse im Körper werden beschleunigt. Früher wurden vor allem DMSO-Salben genutzt. Mittlerweile sind hauptsächlich DMSO-Lösungen in Wasser beliebt. Diese DMSO-Lösungen können innerlich und äußerlich Anwendung finden. DMSO wird hauptsächlich mit gereinigtem Wasser (Osmosewasser oder destilliertes Wasser) gemischt.

Versuche haben gezeigt, dass im fertigen DMSO Pflanzenextrakt (DMSO Tinktur) das DMSO Mischungsverhältnis über 60 % (DMSO) betragen muss. So bleiben die Wirkstoffe der Heilpflanzen biologisch stabil.

Je nach Anwendungsgebiet sind verschiedene Konzentrationen geeignet. DMSO Erfahrungsberichte schildern die Anwendung bei zahlreichen Erkrankungen wie zum Beispiel:

- 70%iges DMSO bei Arthrose äußerlich
- 70%iges DMSO bei Zahnschmerzen
- 35%iges DMSO bei Neurodermitis äußerlich
- 70%iges DMSO bei Erkältung innerlich
- 70%iges DMSO zur Anwendung auf der Haut um Hautalterung zu verlangsamen
- 70%iges DMSO bei Bandscheibenvorfall, Arthrose, Neurodermitis oder Nagelpilz

DMSO-Nebenwirkungen sind äußerst selten. Nur vereinzelt findet man in Erfahrungsberichten Informationen über DMSO-Nebenwirkungen wie Hautreizungen oder Magenverstimmungen. Schwere Nebenwirkungen von DMSO sind nicht bekannt.

Nähere Infos: <https://calendula-kraeutergarten.de/dms0-tinkturen-dms0-pflanzenextrakte/>

18,5°C kristallisiert, also fest wird.

Kräuterauszüge mit Dimethylsulfoxid eignen sich gleichermaßen

Die Tinkturen und Auszüge mit DMSO eignen sich dann auch bestens für Tiere und Kinder, da sie keinen Alkohol enthalten!

Tinkturen mit DMSO halten sich bei sauberer Verarbeitung, korrekter Lagerung und unverdünnt im Prinzip ewig. Du solltest deine Tinkturen stets vor direkter Sonneneinstrahlung schützen, sie aber nicht zu kühl lagern, da das DMSO bereits unter

gut für die innerliche, wie äußerliche Anwendung!

Bei Bedarf kannst du 3x täglich 10-20 Tropfen der Tinktur einnehmen. Für Kinder gilt die halbe Dosierung. Wie bei jedem natürlichen Mittel und gerade bei DMSO, bitte immer mit einer niedrigen Dosierung starten und alle 2-3 Tage langsam bis auf die gewünschte Menge erhöhen. So vermeidest du unerwünschte Wirkungen.

Am besten gibst du die Tinktur in ein Glas mit gutem Wasser, oder Saft und trinkst es in langsamen Schlucken aus. Halte jeden Schluck einen Augenblick im Mund, so werden die Wirkstoffe direkt über die Mundschleimhaut aufgenommen und dein Magen geschont.

Nähere Infos: <https://einfachlynni.de/hexenkraeuter-und-zauberpflanzen/>

[70 Kommentare](#)

[Gespräch mit Dr Hartmut Fischer bezüglich Basiswissen und Anwendungen von DMSO.](#)

## Die besondere Heilkraft von Beinwell gegen Schmerzen

Der [Beinwell](#) ist wohl schon seit über 2000 Jahren als Heilkraut in Verwendung. Er wurde zum Beispiel von Arzt und Gelehrten [Dioskurides](#) als heilende Pflanze für die Heilung von Wunden verwendet. Dioskurides setzte den Beinwell dabei sowohl für die äußerliche Behandlung von gebrochenen Knochen, von Geschwüren als auch von Verletzungen und Wunden ein.



Der Name Beinwell kommt vom altdeutschen „Bein“ für „Knochen“ und „wellen“ bzw. „wallen“, was so viel wie „zusammenwachsen“ bedeutet. Man kann den Namen Beinwell aber auch gerne frei mit Bein-“well“, dem englischen „well“ für „gut“, übersetzen, also ein Kraut, welches den Beinen gut tut, denn das trifft genauso zu. Die Pflanze ist auch unter den Namen Beinwurz, Comfrey oder Schwarzwurz (nicht zu verwechseln mit dem Gemüse) bekannt.

Die Heilpflanze blüht über mehrere Monate hinweg gerne in feuchten Wiesen und ist Futterquelle Nummer 1 für viele Hummeln, die sich in den glockenähnlichen Blüten tummeln. Er ist eine ausdauernde Pflanze und kann bis zu einem Meter groß werden. Eindeutige Erkennungszeichen sind seine länglichen Blätter, die besonders rau behaart sind. Die Blüten sind glockenartig, violett oder weißlich, sie wachsen zwischen Mai und September.

Meine Mutter hat uns oft erzählt, dass wir manchmal eine große Beule z.B. am Kopf hatten. Darauf kam sofort Beinwellsalbe drauf und nach sehr kurzer Zeit war die Beule verschwunden ☺ Ich selber bin vor einigen Jahren umgepöckelt und daraufhin am Knöchel ziemlich angeschwollen – da gab ich auch 2-mal täglich Beinwellsalbe drauf - mein Fuß war schnell wieder heil ☺ Meine Omi verwendete die Salbe sehr intensiv bei der Wirbelsäule, bei den kaputten Knien...

Beinwell wirkt allgemein wundheilungsfördernd, geweberegenerierend, entzündungshemmend, Schmerz lindernd bei Prellungen, Quetschungen und Verstauchungen, fördert Kallusbildung (Neubildung von Knochen) bei Knochenbrüchen und die Granulationsprozesse und Gewebsneubildung bei Verletzungen. Bei Knochenmarksentzündungen soll er die Entzündung bekämpfen.

### **Welche Wirkstoffe enthält Beinwell?**

Das in der Pflanze enthaltene Allantoin sowie Schleim- und [Gerbstoffe](#) kommen im ganzen Kraut vor, auch in den Wurzeln. Das Allantoin ist verantwortlich für eine schnellere Zellerneuerung, deshalb wächst alles Gewebe schneller zusammen, und auch in der Kosmetik ist der Wirkstoff gerne gesehen. Traditionell gilt der Beinwell als besonderes Mittel bei Unterschenkelgeschwüren.

Weiter findet man Vitamin B12 und Rosmarinsäure, sowie in den Wurzeln die Wirkstoffe Cholin, Sterole und Triptene.

Hauptverantwortlich für die heilende Wirkung ist wahrscheinlich das enthaltene Allantoin, das die Bildung neuer Körperzellen beschleunigt.

Das Allantoin hilft auch allen, die unter schmerzenden Gelenken zu leiden haben. Der Beinwell kann zwar die Gelenke nicht restaurieren, er hilft aber gegen die [Entzündungen](#) und die Schmerzen. Dies wird durch die enthaltenen Gerb- und Schleimstoffe zusätzlich unterstützt, was sich besonders bei entzündeten Nerven bemerkbar macht.

Dieses Allantoin regt das Knochenwachstum, das Wachstum von Knorpeln und Muskeln an. Außerdem wird die [Durchblutung](#) deutlich angeregt, weshalb die Heilung schneller erfolgt.

Die Gerbstoffe, die man im Beinwell findet, helfen gegen entzündliche Haut- oder Schleimhautdefekte. Außerdem wirken sie sowohl adstringierend als auch desinfizierend.

Das Heilkraut begünstigt die Regeneration der Zellen des Bindegewebes als auch der Knochen.

Die Blätter des Beinwell sowie dessen junge Triebspitzen enthalten reichlich Allantoin und eignen sich deshalb vorzüglich für Cremes und Öle. Diese können Sie bei Verstauchungen sowie arthritischen Gelenkschmerzen auftragen.

Bei Verstauchungen, bei Sehnenverletzungen und bei Bänderrissen, auch bei Quetschungen kann der Beinwell helfen. Aber er kann noch mehr: Selbst bei Bandscheibenproblemen, rheumatischen Erkrankungen, bei degenerativen Prozessen der Knochen und Gelenke, auch bei einer Höckerbildung oder bei einem Überbein kann der Beinwell Besserung bringen.

Besonders hilfreich ist dafür ein Beinwellöl zum Einreiben, das man aus den Wurzeln herstellen kann: Nehmen Sie ca. 25 g getrocknete Beinwellwurzeln, die Sie in ein Schraubglas geben und mit gut 250 ml Olivenöl übergießen. Dann 4 Wochen stehen lassen, täglich ein paar Mal schütteln, und nach 4 Wochen absieben.

Heiße Kompressen weichen bei einer Geburt den Damm auf, die Geschmeidigkeit wird erhöht, es kommt zu weniger Verletzungen. Entzündete Brustwarzen heilen schneller ab, ebenso heilt die abgetrennte Nabelschnur bei Neugeborenen besser. Ein Tee aus den Blättern fördert den Milchfluss. Bitte beachten: Nur nach ärztlichem Rat einnehmen!

Erst in letzter Zeit ist Beinwell durch seine Pyrrolizidinalkaloide, die er in geringen Mengen enthält, in Verruf geraten. Sie wirkten in Versuchen als Einzelsubstanz in hoher Dosierung und innerlich angewendet leberschädigend und krebsauslösend. Bei der Beinwellsalbe allerdings wird die Gesamtheit der Inhaltsstoffe verwendet und äußerlich angewendet.

Von einer innerlichen Anwendung wird ebenfalls wegen des Gehalts an Pyrrolizidinalkaloiden von offizieller Stelle abgeraten. Gleiches gilt für den Konsum von Beinwell-Blättern und -Wurzeln und daraus hergestellten Produkten (Tees u.a.), die oft unter der englischen Bezeichnung „Comfrey“ als diätisches Lebensmittel angeboten werden.

Aufgrund der im Beinwell enthaltenen Spuren von Pyrrolizidinalkaloiden empfiehlt die Kommission E, den Beinwell nicht bei verletzter Haut anzuwenden. Sicherheitshalber verwendet man bei offenen Wunden besser den reinen Wirkstoff Allantoin.

Während einer Schwangerschaft und in der Stillzeit ist auf die innere Anwendung zu verzichten, da Föten und Babys wesentlich stärker auf das enthaltene Pyrrolizidin reagieren, es sollen auch schon Todesfälle dokumentiert worden sein.

Zusammengefasst noch einmal die Anwendungsgebiete für Beinwell:

- Gelenkschmerzen
- Hautschäden
- Knochenbrüchen
- Muskelschmerzen
- Prellungen
- Quetschungen
- Schmerzen bei Verletzungen
- Schwellungen
- Verletzungen des Bewegungsapparates
- Verstauchungen
- Rheuma
- Verflüssigt Wundsekrete
- Hilft schnell neues Gewebe zu bilden



## **Beinwell lässt sich ziemlich leicht im Garten anbauen**

Am besten gibt man ihm ein Beet mit lockerer Erde an einer gut bewässerten Stelle. Der Beinwell freut sich über Sonne, verträgt aber auch Halbschatten. Am einfachsten funktioniert der Anbau, wenn man daumengroße Wurzelstücke in die Erde steckt. Im Frühling sprießt der Beinwell dann von ganz alleine. Ich habe den Beinwell vorwiegend unter meine Obstbäume gepflanzt, wo sie wertvolle Stoffe aus den tiefen Bodenschichten holen und besser bioverfügbar machen. Die kaliumhaltigen Blätter lassen sich auch sehr gut als natürlicher Dünger bei Starkzehrern verwenden, indem man diese mulcht.

Im Herbst, Winter oder Frühling, wenn die meiste Kraft in der Wurzel liegt, wird diese mit einer Grabgabel oder Spaten ausgegraben, dabei soll immer ein Teil im Boden bleiben, damit die Pflanze wieder wachsen kann. Danach wird sie gewaschen und in feine Stücke geschnitten. Die Wurzel ist außen schwarz und innen hell. Beim Schneiden sollte eine schleimige Flüssigkeit freigesetzt werden, das ist ein typisches Merkmal dafür, dass es sich um die richtige Pflanze handelt.

Quellen + weitere Infos:

<https://www.kraeuter-verzeichnis.de/kraeuter/beinwell.htm>

<https://heilkraeuter.de/lexikon/beinwell.htm>

<https://heilpraktiker.de/naturheilkunde/echter-beinwell-symphytum-officinale>

<https://www.kostbarenatur.net/rezepte/beinwell-als-natuerlichen-gartenduenger-verwenden/>

[Kommentare + Bilder](#)

## **Meine Erfahrungen mit DMSO + Beinwell bei Knieschmerzen**

Gegen Mitte März 2022 hatte ich am Abend und in der Nacht ziemlich plötzlich und unerwartet starke Schmerzen am linken Knie, wodurch bereits jede kleine Bewegung mit starken Schmerzen verbunden war. Im Laufe des späten Nachmittags/Abends habe ich ein paarmal meine selbstgemachte Beinwellsalbe aufgetragen, welche aber kaum Linderung brachte. Erst als ich zum Bettgehen unter großen Schmerzen noch zusätzlich DMSO + Magnesiumchlorid einsprühte, waren die Schmerzen über Nacht bereits deutlich besser. Am Morgen habe ich diese kombinierte Behandlung wiederholt, wodurch die Schmerzen im Laufe des Tages völlig verschwanden.

Einen ähnlichen Heilerfolg hatte ich damit auch Anfang Dezember 2021, als ich ebenfalls beim Kniegelenk des linken Beines solche Schmerzen hatte, dass ich es kaum abbiegen konnte. Zuerst habe ich DMSO + Magnesiumchlorid gesprüht und dann über Nacht auch meine Beinwellsalbe aufgetragen, was beides nichts half, sondern das Problem eher verschlimmert hat. Dann habe ich eine Beinwellwurzel frisch gerieben und gemeinsam mit DMSO + Magnesiumchlorid aufgetragen – und siehe da, nach ein paar Stunden waren die Schmerzen völlig verschwunden.

An anderen Tagen hatte ich auch leichte Schmerzen am linken Knie, wobei ich dann sogleich diese kombinierte Behandlung durchführte, damit die Schmerzen nicht schlimmer werden.

Im April 2022 war es wieder soweit, dass das linke Knie so arg schmerzte, so dass ich es unmöglich abwinkeln konnte. Ich gab zwar wieder Beinwellsalbe und DMSO (Dimethylsulfoxid) aufs Knie, was diesmal aber leider kaum Wirkung zeigte. So war alleine das Ausziehen zum Bettgehen und Anziehen des Pyjamas fast unmöglich. Im Bett waren die Schmerzen dann auch so groß, dass ich nicht einschlafen konnte, bis ich dann doch um etwa 3:00 schweißgebadet nach kurzem Schlaf aufwachte. Nach einer Tasse heißen Tee machte ich mir dann ein richtig heißes Bad, so dass ich es gerade noch aushielt (mind.40°C). Dabei fing ich natürlich gleich zu schwitzen an. In der ersten Stunde las ich in der Badewanne bis ich einschlief und nach einer Badedauer von ~2 Stunden aufwachte und das Wasser immer noch angenehm warm war. Alleine durch die Wärme ging es dem Knie nun bereits deutlich besser, so dass ich es bereits leicht abwinkeln konnte.

Gott-sei-Dank habe ich einen Tag zuvor frische Beinwellwurzeln auch direkt in DMSO und etwas Wasser angesetzt, welche sich zu einer bräunlichen Flüssigkeit mit schleimiger Konsistenz verwandelt hat. Diese gab ich nun aufs Knie, und siehe da, innerhalb weniger Stunden gingen die Knieschmerzen rasch zurück und ich konnte es immer mehr abwinkeln. Allerdings war das Knie immer noch deutlich angeschwollen. In den Wochen darauf hatte ich dank regelmäßiger Anwendung dieses Ansatzes kaum noch Knieschmerzen.

[19 Kommentare](#)

## **Beinwell-DMSO-Auszug selbst gemacht**

Im Jänner 2023 habe ich erstmals eine richtig große Menge Beinwellwurzeln in DMSO angesetzt. Ich habe etwa 700 Gramm Beinwellwurzeln mehrmals mit einer Gemüsebürste gründlich gesäubert, anschließend etwas ausgeschnitten und mit einer mittelgroben Reibe feingemacht. Diese geriebene schleimige Masse habe ich in ein Glas gegeben und mit einem Liter DMSO (in Ph.-Eur.-Qualität) und 10% gereinigtes Wasser vermischt.



Diese Mischung habe ich etwa 2 Tage stehen lassen, um sie dann mit sehr sauberen Händen und Geschirrtuch durchzudrücken. Heraus kam eine sehr schleimige dunkelbraune Flüssigkeit. Hernach habe ich wieder DMSO untergemischt, ~2 Tage stehen gelassen und ausgepresst. Diesen Vorgang kann man auch ein drittes Mal wiederholen – bei mir war die herausgetretene Flüssigkeit dann nur noch hellbraun, aber dennoch intensiv genug. Alle drei Ansätze habe ich in einem großen Glas gemischt aufbewahrt.

Für den Verkauf habe ich 80 ml vom Auszug in 100 ml-Fläschchen gefüllt, welche man vor der Verwendung noch ganz mit gereinigtem Wasser auffüllen kann. Wem diese Mischung noch zu intensiv ist, kann natürlich noch stärker verdünnen. Ein Fläschchen verkaufe ich um 25 €.



Sehr gerne verkaufe ich auch frische Beinwellwurzeln, wie auch -pflanzen.

Auf Anfrage gerne Beinwellsalbe, Harzsalbe und Ringelblumensalbe. Näheres siehe hier:

[https://gesundeleben.online/images/pdf/Lebensmittelbestelllliste\\_2024\\_beschreibbar.pdf](https://gesundeleben.online/images/pdf/Lebensmittelbestelllliste_2024_beschreibbar.pdf)

Dank der Anwendung dieses Beinwell-DMSO-Auszuges habe ich nun gar keine Knieschmerzen mehr ❤️

**Besonders freue ich mich über deine Rückmeldung zur Heilwirkung dieses Beinwell-DMSO-Auszuges! Ich habe ihn bereits an einige Menschen weitergegeben, die an verschiedenen langjährigen Schmerzen leiden. Von der Heilwirkung werde ich berichten.**

## **WUNDERMITTEL HARZSALBE so EINFACH selber machen, ein MUSS für JEDE HAUSAPOTHEKE**

Ein [sehr sehenswertes Video](#) rund um die Zubereitung und Heilkraft der Harzsalbe!

Im Jahr 2019 habe ich zur Harzsalbe bereits folgendes geschrieben:

Erwin Thoma erzählte zum Schluss hin noch von den spektakulären Heilerfolgen einer Lärchenharzsalbe seiner Großeltern bei Mensch und Tier. Dieses Rezept gab er auch einem Professor, welcher Ärzte schulmedizinisch ausbildet. Beim nächsten Treffen sagte der Professor, dass er dieses Lärchenharz untersucht habe und dass es etwas ganz besonderes sei. Das Ergebnis sei, dass es in höherem Maße Bakterien, Pilze und Viren abtötend wirke als jedes Medikament, welches durch die Pharmaindustrie zur Verfügung steht!

Die Rezeptur des Harzes ist so komplex, dass man diese nicht synthetisch nachbauen kann – es ist also kein Geschäftsmodell!

Das Rezept der Lärchenharzsalbe habe ich hier veröffentlicht:

<https://gesundeleben.online/index.php/aktuelles/77-vortrag-von-dr-ing-erwin-thoma-die-geheime-sprache-der-baeume>

Diese Salbe wirkt entzündungshemmend, zusammenziehend sowie antibakteriell, antiviral und fungizid. Somit kann sie bei offenen und entzündeten Wunden, Hautirritationen, kalten Füßen und Entzündungen wie Gicht oder Rheuma eingesetzt werden.

Diese Salbe biete ich auf Anfrage ebenfalls zum Verkauf an.

### **Prävention ist besser**

Das große Problem unseres Gesundheitssystems ist die Denkrichtung der Pathogenese, welche nach folgendem Denkmuster läuft:

Wo ist das Problem und wie werde ich es los? Wie ist der Weg in die Krankheit und wie kann ich dies unterbinden?

Es gibt aber seit Aaron Antonovsky einen neuen Blickwinkel, nämlich den der Salutogenese: Wo sind Ressourcen und Stärken und wie stärke ich diese? Wie ist der Weg zur besseren Gesundheit? Ein neuer gedanklicher Ansatz, der statt Risikofaktoren Profaktoren stellt und das Konzept der Früherkennungsuntersuchung/“Gesundenuntersuchung“ in Frage stellt.

Immer mehr Menschen beginnen zu verstehen, dass die Ursache fast aller Krankheiten Vitalstoffmangel und Giftbelastung sind. Daraus ergibt sich auch eine Übersäuerung des menschlichen Körpers. Deshalb sollten wir bei unserer täglichen Ernährung darauf achten, möglichst viele Vitalstoffe zuzuführen, Gifte zu meiden und viel Rohkost zu essen.

Ich bin der Meinung, dass Prävention das Richtige wäre um Krankheiten zu vermeiden, (daher versuche ich durch meine Ernährung ein Viren und Bakterien unangenehmes Milieu zu schaffen).

Leider fehlt in unserer Gesellschaft das Bewusstsein hierfür, wie ich finde, noch sehr stark, also dass es besser ist präventiv etwas für sein Gesundbleiben zu investieren als in seiner Komfortzone zu bleiben und zu hoffen dass man es ohne Krankheit ins Hohe Alter schafft, und die Krankheiten die im Alter kommen werden dann halt auf das Alter geschoben, dann ist es ja auch wieder normal und man braucht nichts zu ändern, ..... anstatt Eigenverantwortung zu übernehmen und Selbstkompetenz zu entwickeln.

Auf meiner Webseite sind zahlreiche wertvolle Infos zu finden, die einem helfen gesund zu bleiben und gesund zu werden: <https://gesundeleben.online/index.php>