

Selfheal – Zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Gelée Royale und Blütenessenzen zur Anregung der Selbstheilung



Beschreibung

Selbstheilung in der TCM

Die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) stellt den Menschen als Ganzes in den Mittelpunkt der Behandlung. Der Mensch und dessen Organismus, seelisch und körperlich, sollen dabei im dauerhaften Gleichgewicht zueinander stehen. Körper, Seele und Umwelt werden daher nicht getrennt voneinander betrachtet, sondern als individuelle Einheit.

Daher wird in der TCM bei Erkrankungen das Augenmerk nie auf nur ein einzelnes Symptom gerichtet, sondern es wird versucht die Balance der Kräfte wiederherzustellen. Die TCM will nicht nur reparieren und somit Krankheitssymptome unterdrücken, sondern vielmehr die Selbstheilungskräfte des Körpers reaktivieren und stärken. Denn jeder Körper besitzt die Fähigkeit zur Selbstheilung. Diese Heilung kann aber im Menschen nur von innen heraus geschehen. Voraussetzungen dafür sind körperliche und geistige Gesundheit.

Körperliche Selbstheilungskräfte

Der menschliche Körper ist ein komplex aufgebautes System, das dazu in der Lage ist sich selbst zu heilen. Sobald das Gehirn also ein Signal bekommt, dass im Körper etwas aus dem Gleichgewicht geraten ist, aktiviert es die körpereigenen Selbstheilungskräfte. Das Immunsystem schützt vor Eindringlingen

Nährstoffempfehlung

Nährstoffe	Tagesdosis	%NRV*
Gelée Royale	800,00 mg	**

*Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte gem. VO (EU) Nr. 1169/2011 ** Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

Nährstoffempfehlung - Blütenessenzen

Nährstoffe	Tagesdosis	%NRV*
Self Heal (Prunella vulgaris)	1 x 5 Tropfen	**
Easter Lily (Lilium ion-giflorum)	1 x 5 Tropfen	**

*Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte gem. VO (EU) Nr. 1169/2011 ** Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

von außen, Knochenbrüche und Wunden heilen an sich von selbst. Der Körper verfügt somit über alle notwendigen Maßnahmen um sich selbst gesund zu erhalten bzw. zu heilen. Allerdings müssen für den Körper die bestmöglichen Bedingungen geschaffen werden, damit diese Selbstheilungskräfte aktiviert werden können.

Ausreichender Schlaf, regelmäßige Bewegung und eine gesunde und ausgewogene Nährstoffversorgung sind wichtige Voraussetzungen für ein starkes und gut funktionierendes Immun- und Abwehrsystem. Eine ausreichende Versorgung mit Antioxidantien schützt den Körper zudem vor freien Radikalen und oxidativen Zellschäden. Dies trägt zu einer verbesserten Wundheilung und Abwehr von pathogenen Keimen bei.

Das Allgemeinbefinden kann so verbessert werden, die körpereigene Widerstandskraft wird gestärkt und verbrauchte Energien werden wieder aufgeladen.

Ausgleich und Stärkung der Psyche

Die Psyche, d.h. die geistig-seelische Verfassung, Gedanken und Gefühlen, üben ebenfalls einen ent-

scheidenden Einfluss auf die körpereigenen Selbstheilungskräfte aus. Es ist wichtig mit dem Körper im Einklang zu stehen und auf Warnsignale zu hören.

Geistig-seelische Störungen bringen den Körper aus der Balance und verstärken das Risiko für Erkrankungen. Chronischer Stress und andauernde geistige Belastungen wirken sich dabei negativ auf die Selbstheilungskräfte, die körpereigene Abwehr, die Genesung und das Wohlbefinden aus. Mögliche Folgen sind Schlafstörungen, geistige und körperliche Erschöpfungszustände, Konzentrationsstörungen und Depressionen.

Positive und aufbauende Gedanken und die Überzeugung gesund zu werden, ist eine wichtige Voraussetzung zur Stärkung und Förderung der körpereigenen Selbstheilungskräfte.

Synergistische Wirkung

In der Praxis hat sich gezeigt, dass eine Kombination aus Gelée Royal und Blütenessenzen die körpereigenen Selbstheilungskräfte sowohl auf physischer Ebene wie auch auf psychischer und seelischer Ebene unterstützen und fördern.

Gelée Royal

Gelée Royal ist der Futtersaft, der zur Ernährung der Bienenlarven und der Bienenkönigin dient. Die biologische Wirkung von Gelée Royal ist als Resultat einer einzigartigen Zusammensetzung anzusehen. Es beinhaltet ein außerordentlich breites Spektrum an bioaktiven Inhaltsstoffen. Dazu zählen unter anderem: Aminosäuren, Proteine, Nukleinsäuren und freien Nucleotiden, Mineralstoffe, Spurenelemente, Enzyme, Vitamine, Lipide, Fettsäuren, Kohlenhydrate, hormonähnliche und weiteren noch unerforschte Stoffen (ca.3-4%).

Auf körperliche Ebene wirkt Gelée Royal vor allem durch die Anregung des Zellstoffwechsels und der Erhöhung der zellulären Sauerstoffaufnahme. Die enthaltenen bioaktiven Nährstoffe dienen zur Verbesserung und Stabilisierung des Allgemeinbefindens, der körpereigenen Widerstandskraft und zur Erneuerung von verbrauchter Energien.

Des Weiteren erhöhen antioxidative Eigenschaften die Konzentration von Superoxiddismutasen, Katalasen und Glutathion-Peroxidasen und schützen den Körper vor freien Radikalen.

Immunologisch trägt Gelée Royale zur Stärkung des Immunsystems bei, indem es die Balance der Immunzellen von Typ Th1 und Th2 verbessert. Es wirkt auf die Immunzellen wie ein Verstärker und verhindert durch seine antibakteriellen Eigenschaften die Vermehrung von Bakterien.

Für die antientzündlichen Eigenschaften von Gelée Royal wird vor allem die Fettsäure 10-Hydro-oxyde-censäure (10HDA) verantwortlich gemacht. Sie trägt zu einer verbesserten Wundheilung und zum Abklingen von Entzündungen bei.

Gelée Royale hilft bei schneller Ermüdbarkeit, Kraftlosigkeit und Schwäche, sowie bei Appetitlosigkeit, bei Entzündungen, zur Stärkung des Immunsystems und zur Erhaltung der Gesundheit und „Jugend“.

Blütenessenzen für die seelische Ebene

- **Self Heal** (*Prunella vulgaris* / Kleine Braunelle) gehört zu der Familie der Lippenblütler (*Lamiaceae*). Die Blütenessenz von Self Heal aktiviert auf körperlicher Ebene die Selbstheilungskräfte und stärkt auf geistiger Ebene das Selbstvertrauen. Zudem verbessert Self Heal auf geistig-seelischer Ebene die Fähigkeit mit Stress umzugehen und Herausforderungen zu begegnen. Die aus den Blüten gewonnene Essenz aktiviert die Selbstheilung durch innere Reinigung und stärkt den Willen, auch bei chronischen Erkrankungen oder Infekten wieder gesund zu werden. Sie hilft zu erkennen, dass Heilung vor allem von innen heraus geschieht.
- **Easter Lily** (*Lilium longiflorum* / Madonnenlilie) zählt zu der Gattung der Lilien Pflanzen. Die weiße Madonnenlilie, symbolisiert einerseits die Reinheit und andererseits die Sexualität. Die Blütenessenz Easter Lily hilft auf geistig-seelischer Ebene also dabei, diese innere Spaltung ins Bewusstsein zu rufen, den inneren Kampf aufzugeben und die Einheit zwischen diesen beiden scheinbaren Gegensätzen in sich wieder herzustellen. Sie lässt Abwehrmechanismen in den Hintergrund treten und öffnet den Menschen für ein neues Leben.

Praxishinweis

- **Hochwertiges, schonend verarbeitetes Bienensekret:** Gelée Royale, die natürliche Nahrung

der Bienenkönigin, sollte für therapeutische Anwendungen gleich nach der Ernte gefriergetrocknet werden. Dies gewährleistet die volle Wirksamkeit und verhindert einen Wirkstoffverlust. Nur so bleiben die Eigenschaften des frischen Gelée Royales erhalten. Zudem sollte der 10-HDA Gehalt (10-Hydro-oxydecensäure) bei mindestens 3% liegen.

- **Reinsubstanzen ohne Zusatzstoffe:** Es sollte darauf geachtet werden, dass nur Präparate mit hochwertigen Reinsubstanzen (100% Wirkstoffgehalt) ausgewählt werden – ohne synthetische Zusatzstoffe, künstliche Aromen, Süßungsmitteln oder Farb- und Konservierungsstoffen.
- **Blütenessenzen:** Im Gegensatz zu Wirkstoffmedizin basiert die Wirkung der Blütenessenzen auf der Informationsmedizin. Die in den Blüten gesammelte Information wird dabei in Essenz mit Alkohol haltbar gemacht. Blüten sprechen so die Seele und Psyche der Menschen an und eignen sich dafür die Seelenkräfte wiederherzustellen.

Anwendungsempfehlung

- **Gelée Royal:** Die empfohlene Tagesdosis morgens und abends vor den Mahlzeiten mit reichlich Wasser einnehmen.
- **Blütenessenzen:** Täglich 1 x 5 Tropfen als alkoholische Blüten-Essenz morgens auf die Zunge träufeln.
- **Dauer:** Es wird eine kurmäßige Einnahme von vier bis sechs Wochen, gefolgt von einer Einnahmepause von mindestens vier Wochen, empfohlen. Über das Jahr verteilt, können so drei bis vier Kuren mit Gelée Royale abgehalten werden.

Anwendungsbereich

1. Regulierung und Aktivierung der Selbstheilungskräfte: Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens, Aufbau in Regenerationsphasen und Stärkung des Immunsystems bei Entzündungen, chronischen Erkrankungen, Infekten, Immunschwäche, CFS und Appetitlosigkeit.
2. Ausgleich und Stärkung der Psyche: Bei großen Herausforderungen, Stress und Erschöpfung,

Konzentrationschwäche, zur Stärkung des Selbstvertrauens und des eigenen Willens.

Sinnvolle Anwendungskombinationen

- Zur Stärkung des Immunsystems siehe Nährstofftipps 10020036, 10019160 (Vitamin C) und 10020305 (Colostrum);
- Coenzym Q10 und NADH bei Erschöpfungszuständen siehe Nährstofftipps 10020050 und 10020551.

Wechselwirkungen

- Menschen mit Pollenallergien, Allergien gegen Bienengift und Honig, aber auch Asthmatiker, sollten unbedingt vor der ersten Anwendung von Gelée Royale auf eine eventuelle allergische Reaktion getestet werden.
- Bei Säuglingen sollte Gelée Royal nicht angewendet werden.

Literatur

- 1) *Gelée Royale, Königliches Gesundheits-Elixier, Verlag: sanoform, ISBN 3-925502-30-0, Autor: Dr. Jürgen Weihofen*
- 2) *Ein Geschenk der Natur, Verlag: Günter Albert Ulmer, ISBN 3-924191-89-1, Autor: G.A. Ulmer*
- 3) *Natürliche Heilbehandlungen, Verlag: Imkereitechnik, ISBN 3-9800797-2-2, Autor: Dr. med. Yves Donadieu*
- 4) *Die Bienen-Hausapotheke, Verlag: Leopold Stocker, ISBN 3-7020-1132-3, Autor: Manfred Neuhold*
- 5) *Sanft heilen mit Bienenprodukten, Verlag: Haug, ISBN 3-8304-2190-7, Autoren: Dr. med. Stefan Stangaciu u. Elfi Hartenstein*
- 6) *Gelée Royale, Stefan Bogdanov, Schweiz. Zentrum für Bienenforschung, Forschungsanstalt für Milchwirtschaft, Liebefeld, CH-3003 Bern*
- 7) *Herold, E.: Heilwerte aus dem Bienenvolk; Ehrenwirth Verlag.*
- 7) *Schiebel-Schlosser, G.: Fink Royale, Gelee Royale Kapseln. Wissenschaftliche Informationen*

der medizinischwissenschaftl. Abteilung der
Firma FINK GmbH.

- 8) Li X, Huang C, Xue Y (2013). Contribution of lipids in honeybee (*Apis mellifera*) royal jelly to health. *Journal of medicinal food*. 16(2):96-102.
- 9) Suzuki KM, et al (2008). Estrogenic activities of Fatty acids and a sterol isolated from royal jelly. *Evidence-based complementary and alternative medicine : eCAM*. 5(3):295-302.
- 10) Kamakura M, et al (2001). Fifty-seven-kDa protein in royal jelly enhances proliferation of primary cultured rat hepatocytes and increases albumin production in the absence of serum. *Biochemical and biophysical research communications*. 282(4):865-74.
- 11) Oka H, et al (2001). Suppression of allergic reactions by royal jelly in association with the restoration of macrophage function and the improvement of Th1/Th2 cell responses. *International immunopharmacology*. 1(3):521-32
- 12) Okamoto I, et al (2003). Major royal jelly protein 3 modulates immune responses in vitro and in vivo. *Life sciences*. 73(16):2029-45.
- 13) Yamaura K, et al (2013). Topical royal jelly alleviates symptoms of pruritus in a murine model of allergic contact dermatitis. *Pharmacognosy magazine*. 9(33):9-13.
- 14) Yang XY, et al (2010). 10-Hydroxy-2-decenoic acid from Royal jelly: a potential medicine for RA. *Journal of ethnopharmacology*. 2010 Mar 24;128(2):314-21.
- 15) Bullock et al.: Fatal royal jelly – induced asthma. *Med. J. Austr.* 160 (1994) 44; Thien et al.: Asthma and anaphylaxis induced by royal jelly. *Clin. Exper. Allergy* 26 (1996) 216-222