gemmo

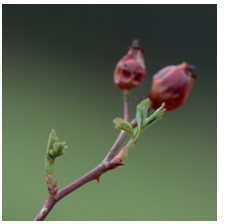
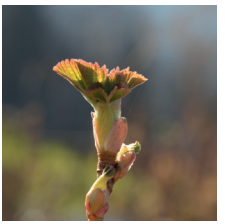
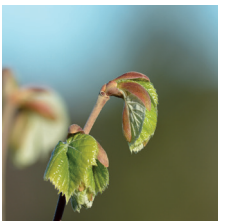
die Heilkraft der Knospen



Heilen mit Knospen



Gemmotherapie – die wichtigsten Pflanzen

Brombeere		Himbeere	
	Feige		
Hagebutte Heckenrose	Mammutbaum		Preiselbeere
		Linde	
Ribes nigrum	Wacholder		Ulme

Liebe Leserinnen und Leser,

die Gemmotherapie erfreut sich einer immer größeren Beliebtheit, sowohl bei Patienten als auch bei Therapeuten. Mit dieser Broschüre möchte die Gemmo-Community nun auch bei Ihnen, liebe Therapeutinnen und Therapeuten, das Interesse wecken, die Gemmotherapie einmal auszuprobieren. Wir beziehen in diesem Heft die Erfahrungen von Ärztinnen/Ärzten und Heilpraktikerinnen/Heilpraktikern mit ein.

«Ich setze sehr gerne Therapien ein, die sanft, zielgerichtet und effektiv sind. Dazu gehören auch die Gemmos», schreibt uns eine Anwenderin. Eine andere weiß, dass ihre Patienten aufgrund der Gemmomazerate in ihre Praxis kommen: **«Meine Patienten sind immer sehr begeistert, wie schnell es wirkt.»**

Genau darum geht es. Mit der Knospenmedizin erhalten Sie eine weitere wirkungsvolle Therapie, die bei einem großen Behandlungsspektrum nachhaltig angewandt werden kann. Um Ihnen den Start mit den Gemmos zu vereinfachen, stellen wir in dieser Broschüre die 10 wichtigsten Mittel vor und zeigen anhand einer Tabelle, bei welchen Indikationen sie eingesetzt werden können.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg mit der Gemmotherapie – und haben Sie Fragen, wir unterstützen Sie gerne.

Herzliche Grüße
Ihre Gemmo-Community

Christoph Trapp
Präsident

Susanne Schimmer
Vizepräsidentin

Fabienne Flückiger
Aktuarin

Dr. med. Barbara Bichsel *Dr. med. Julia Brönnimann*
zwei in Gemmotherapie erfahrene Ärztinnen und Autorinnen des Buches «Gemmotherapie – Die Kraft der Knospen»

Inhaltsverzeichnis

Seite 3	Galerie der wichtigsten Pflanzen
Seite 4	Editorial
Seite 5	Inhaltsverzeichnis
Seite 6	Das ist Gemmotherapie
Seite 8	Die 10 wichtigsten Mittel
Seite 18	Indikationstabelle Beschwerden und die passenden Mittel
Seite 18	A-E
Seite 19	E-N
Seite 20	N-Z
Seite 21	Warum Therapeuten die Gemmotherapie anwenden
Seite 22	Interview Dr. Barbara Bichsel: **«Ich setze die Gemmotherapie als Unterstützung bei vielen Erkrankungen ein»**
Seite 24	Fallbeispiele aus der Praxis
Seite 25	Warum wir die Gemmo-Community gegründet haben Wer wir sind Machen Sie mit!
Seite 27	Formular Therapeutenliste

Das ist Gemmotherapie

Das Lebendigste einer Pflanze ist die Knospe. In der Gemmotherapie wird sie zur Arznei. Ihr Name kommt von lat. gemma für Knospe. Die Therapie ist ein Teil der Phytotherapie und wird immer beliebter. In der Knospe ist die Kraft enthalten, die ein Pflanze wachsen, regenerieren und sich verjüngen lässt.

Dies überträgt sich durch das Mittel auf den Menschen. Vor allem heimische Pflanzen werden für die Mazerate verwendet, wie z.B. Schwarze Johannisbeere, Haselstrauch, Walnussbaum oder Ulme. Mit der Gemmotherapie können akute und chronische Erkrankungen oder Beschwerden behandelt werden.

Warum Knospen heilen können

In Knospen sind die wichtigen Eiweißbausteine – die Aminosäuren – wesentlich stärker vertreten als später in den Blättern. Sie unterstützen die Ausscheidung von Schadstoffen aus den Zellen und regulieren die Zusammensetzung der Bluteiweiße. Auch ist der Vitamin-C-Gehalt bei Beerenpflanzen in den Knospen höher als später in der reifen Frucht. Die Pflanzenhormone in den Knospen, die Flavonoide, die den pflanzlichen Stoffwechsel steuern, können beim Menschen die körpereigenen Abwehrmechanismen unterstützen und sind in der Lage, «freie Radikale» unschädlich zu machen.

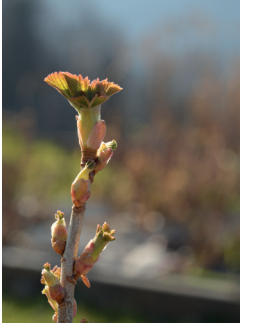
Auch können Flavonoide Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorbeugen und haben eine antibakterielle oder antivirale Wirkung. Die Gemomittel werden als Spray oder Tropfen über die Mundschleimhaut aufgenommen, dadurch werden ihre Wirkstoffe nicht durch die Magensäure zerstört.



Die Entdeckung der Gemmotherapie
Vor rund 60 Jahren gelang es dem belgischen Arzt Dr. Pol Henry, mit einem Gemisch aus Alkohol, Glycerin und Wasser die Heilkräfte aus Knospen, Triebspitzen und Schösslingen zu lösen. So konnte er mehr Inhaltsstoffe herausziehen, erhalten und haltbar machen als nur mit Alkohol, mit dem ansonsten Pflanzenauszüge hergestellt werden. Pol Henry bezeichnete diese Methode als Phytoembryotherapie, denn er wollte betonen, dass es um eine pflanzliche Frischzellenkur geht. Den Begriff der Gemmotherapie führte später der französische Arzt Dr. Max Tétau ein.

Die Glycerolmazerate der Gemmotherapie sind 1956 in das französische Arzneibuch – die Pharmacopée française – aufgenommen worden. Sie haben dort den Status eines homöopathischen Arzneimittels, da die Herstellung ähnlich verläuft. Inzwischen hat die Gemmotherapie auch Einzug in das europäische Arzneibuch – die Pharmacopoea Europaea – gefunden. In der Schweiz haben sie seit dem 1.1.2019 die Bezeichnung Arzneimittel zur Gemmotherapie.

Einnahme von Gemmomitteln
Damit die Wirkstoffe nicht von der Magensäure zerstört werden, werden Gemmomittel als Mundspray oder als Tropfen auf die Mundschleimhäute gegeben – so gehen die Proteine und Flavonoide direkt ins Blut. Die normale Dosierung beträgt dreimal täglich drei Gaben direkt in den Mund, bei Kindern ab 6 Jahren 3x2 Sprühstösse und bei Kleinkindern oder Säuglingen 3x1 Sprühstoss. Ribes nigrum, die schwarze Johannisbeere, ist eine Ausnahme. Um einen beginnenden Infekt abzufangen, empfiehlt es sich, bis zu zehnmal am Tag eine Gabe einzunehmen. Sobald eine Besserung zu spüren ist, genügt die oben beschriebene Dosierung.



Die wichtigsten Gemmomittel

Schwarze Johannisbeere _ Ribes nigrum

Das bekannteste Mittel in der Gemmotherapie: wirkt antiallergisch, entzündungshemmend, abwehrstärkend, schmerzlindernd, aufbauend und stärkend. Seine Einsatzmöglichkeiten sind zahlreich: bei akuten Entzündungen, Heuschnupfen, Allergie, akutem Schnupfen, schleimigem Husten, Akne, Ekzemen, Herpes, Aphten, Nesselfieber, unterstützend bei Gelenkbeschwerden, Gastritis, Reizdarm, Migräne, akuter Blasenentzündung, Prostatabeschwerden.

Anwendungsgebiete der Knospen: Das Gemmomittel aus Ribes-nigrum-Knospen ist das am besten untersuchte und am häufigsten angewendete Gemmotherapeutikum. Es ist das Akutmittel schlechthin. Es wird aus frischen, jungen Blattknospen der Schwarzen Johannisbeere hergestellt. Im Gegensatz zu den meisten in der Gemmotherapie verwendeten Pflanzen werden Ribes-nigrum-Knospen nicht wild gesammelt, sondern von kultivierten Pflanzen geerntet. Das Gemmomittel ist ein wahres Kraftpaket: Es enthält sehr viele Aminosäuren, Flavonoide, Vitamin C und Phenolderivate.

Immunsystem: Kleinkindern und Kindern mit Erkältungsneigung, Schnupfen, Halsweh und Mittelohrentzündung kann durch rasch verabreichtes Ribes-nigrum-Spray häufig geholfen werden, indem das Immunsystem gestärkt wird. Die Stärkung der lokalen Abwehr im Hals-Rachen-Bereich findet noch ein weiteres Anwendungsgebiet: die Unterstützung der Immunabwehr bei Patienten, die eine Chemo- oder Radiotherapie erhalten.

Haut: Auch unser größtes Organ, die Haut, profitiert vom Einsatz des Ribes-nigrum-Mittels. Akute und chronische Ausschläge wie Akne, Ekzeme, Herpes und Psoriasis können gut mit diesem Gemmomittel behandelt werden. Die antiödematösen Qualitäten des Mazerats helfen außerdem bei Nesselfieber.

Mund: Bei Erkrankungen der Mundschleimhaut (Aphten, Mundfäule und Soor) kann ein Versuch mit Ribes nigrum unternommen werden. Das Mittel stärkt das Immunsystem und wirkt desinfizierend und abschwellend.

Bewegungsapparat: Im hochakuten Stadium des Gichtschubs ist eine antientzündliche, abschwellende und schmerzlindernde Therapie gefragt. Ribes nigrum erfüllt hier alle Bedingungen.

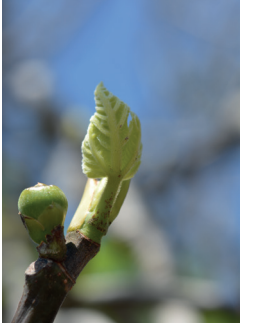


Brombeere _ Rubus fruticosus

Wirkt anregend auf die Knochenbildung und regenerierend auf das Lungengewebe. Hilft bei Osteoporose, Frakturprophylaxe bei älteren Menschen, Arthrosebeschwerden, Atembeschwerden infolge chronischer Bronchitis, Asthma und Rauchen (COPD), Nierenentzündung, Menstruationsbeschwerden.

Anwendungsgebiete der Knospen:
Die Brombeere wirkt anregend auf die Knochenbildung und ist damit besonders empfehlenswert für ältere Menschen: Das Mundspray aus Rubus fruticosus kann bei Osteoporose und zur Vorbeugung von Knochenbrüchen eingesetzt werden. Auch bei Beschwerden der großen Gelenke kann es hilfreich sein.

Atemwege: Die Brombeere stärkt das Lungengewebe und fördert dessen Regeneration. Sie hilft unterstützend bei Atembeschwerden in der Folge chronischer Bronchitis, bei Asthma und bei Atembeschwerden – auch von Rauchern. Der Atemstrom wird kräftiger, die Atemfunktion verbessert. Das chronisch belastete Gewebe regeneriert sich und wird gestärkt.



Feige _ Ficus carica

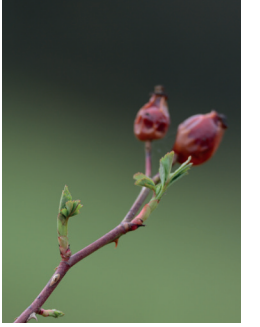
Wirkt angstlösend, antidepressiv, beruhigend, krampflösend. Hilft bei Unruhe, Angst, Depression, Stress, Schlafstörungen, Erschöpfung, beschleunigtem Herzschlag, Kopfschmerzen, Prüfungsangst, Zwanghaftigkeit, Neurosen, Appetitlosigkeit, Magenbrennen, Bettnässen, Warzen.

Anwendungsgebiete der Knospen:

Psyche: Das Mundspray aus Feigenknospen zeigt eine beruhigende Wirkung bei Nervosität und innerlichem Zittern, bei depressiven Stimmungen, Angst und Angespanntheit. Fällt das Einschlafen schwer, weil sich Gedanken im Kopf drehen und sich nicht beruhigen wollen, bringt das Gemmomittel Ruhe und fördert den Schlaf. Das Herz findet wieder in seinen gleichmäßigen Rhythmus. Angstzustände, die sich vielleicht als Prüfungsangst äußern mögen, verlieren an Gewicht und können im Alltag leichter bewältigt werden. Sollte die übergroße Anspannung Kopfschmerzen verursacht haben, so beginnen diese sich dank des Gemmomazerats zu lösen.

Scham und übertriebene soziale Anpassung können dazu führen, den eigenen Lebensimpuls zurückzunehmen und zu zügeln. Er will sich jedoch zeigen, will gelebt werden. Dieser Konflikt, der zu Zwanghaftigkeit bis hin zu Sexualneurosen führen kann, mag durch das Feigenspray sanft beeinfluss werden. Es wirkt hier stärkend und beruhigend.

Magen und Darm: Das Gemmomazerat wirkt auf den Appetit und die Magensekrete. Es reguliert und schützt die Schleimhäute des Verdauungstrakts. Da es die Produktion der Magensäure ausbalanciert, harmonisiert es die Verdauung und hilft bei Magenbrennen.



Hagebutte/Heckenrose _ Rosa canina

Wirkt antiviral, immunstärkend und antiallergisch. Hilft bei Entzündungen im Rachen, Erkältung, Fieber, trockenem Schnupfen, Infektanfälligkeit als Folge von Immunschwäche, Ohrenschmerzen, Stirnkopfschmerzen, Migräne, Schmerzen generell.

Anwendungsgebiete der Knospen:

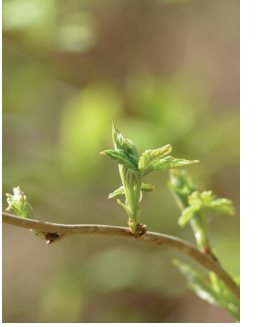
Hals-Nasen-Ohren-Bereich: Die Heckenrose gilt als Hauptheilmittel bei chronisch wiederkehrenden HNO-Erkrankungen, vor allem bei Entzündungen des Gehörgangs, der Nase, der Luftröhre und des Rachens. Das Knospenmittel aus Wildrosenknospen mindert Ohrenschmerzen, hilft aber auch bei Stirnkopfschmerzen und bei Migräne.

Atemwege: Schnupfen, Erkältung mit Fieber werden gelindert. Angezeigt ist das Mittel auch bei wiederholten Mandelentzündungen. Bei einer leichten Bronchitis oder bei Bronchitis im Anfangsstadium kann es ebenfalls eingesetzt werden.

Immunsystem: Rosa canina stärkt das Immunsystem und wirkt antiviral und entzündungshemmend.

Kinder: Wiederholte Beschwerden aus dem HNO-Bereich können bei regelmäßiger Anwendung des Sprays vermindert werden. In der Kinderheilkunde kommt noch eine andere Stärke der Heckenrose zum Tragen: ihre schmerzlindernde Kraft bei kindlichen Wachstumsschmerzen.

Mund: Bei Aphten, kleinen, akuten, abgegrenzten Geschwüren auf der Mundschleimhaut, wird zuerst Ribes nigrum eingesetzt. Hilft dieses nicht ausreichend, folgt die Behandlung mit dem Knospenmittel aus der Heckenrose.



Himbeere _ Rubus idaeus

Wirkt entspannend und krampflösend, schmerzstillend, reguliert das weibliche Hormonsystem und die Funktion der Eierstöcke. Hilft bei Menstruationsbeschwerden, prämenstruellem Syndrom (PMS), Krämpfen und Entzündungen im Gebärmutterbereich, Wechseljahrsbeschwerden.

Anwendungsgebiete der Knospen:

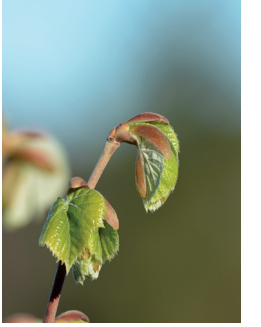
Frauenbeschwerden: Das Gemmomazerat ist ein wichtiges Mittel für Frauenbeschwerden. Es nimmt günstigen Einfluss auf das weibliche Hormonsystem und harmonisiert das Gleichgewicht von Östrogen und Progesteron. Das Knospenmittel unterstützt und stärkt die Funktion der Eierstöcke.

Zum Arzt! Wiederholte Blutungen außerhalb des Zyklus verlangen eine genaue Abklärung beim Gynäkologen.

Schmerzen und Unregelmäßigkeiten rund um die Menstruation werden von dem Gemmomittel sanft ausbalanciert: zu frühe oder verzögerte Regelblutung, zu lang anhaltende oder zu starke Blutung, Ausbleiben oder Zwischenblutungen. Immer sorgt das Gemmomittel für Ausgleich und stellt nach und nach den natürlichen Rhythmus wieder her. Regelschmerzen und Schmerzen der Gebärmutter erfahren sanfte Linderung. Zu früh einsetzende Wechseljahrsbeschwerden werden gemildert. Wiederholte Blutungen außerhalb des Zyklus verlangen eine genaue Abklärung beim Gynäkologen.

Bewegungsapparat: Im Klimakterium hilft das Mittel, Osteoporose vorzubeugen.

Psyche: Das Gemmomittel, das wie zugeschnitten ist für alle Frauenbeschwerden, hilft auch bei seelischen Schwankungen im Verlauf des Monatszyklus.



Linde _ Tilia tomentosa

Wirkt beruhigend, angstlösend, nervenstärkend und krampflösend. Hilft bei Ein- und Durchschlafstörungen, Angst (insbesondere Prüfungsangst), Depression, Stress, beschleunigtem Herzschlag, Koliken, verkrampfter Muskulatur, Appetitlosigkeit, Dreimonatskoliken, Konzentrationsschwäche, ADHS und Unruhe.

Anwendungsgebiete der Knospen:

Zentrales Nervensystem: Das Mundspray übt eine nachhaltige Wirkung auf das zentrale Nervensystem aus. Ihre beruhigende Wirkung entfaltet die Linde bei allen Störungen rund um den Schlaf. Sie verkürzt die Einschlafzeit und erhöht die Durchschlafzeit. Erwachsenen erleichtert sie das Einschlafen, wenn sie wegen kreisender Gedanken zu unruhig sind, um schlafen zu können. Die Silberlinde beugt depressiven Verstimmungen vor, indem sie für Entspannung im gesamten Organismus sorgt. Auch den durch Anspannung beschleunigten Herzschlag kann sie beruhigen.

Magen-Darm-Trakt: Die Linde besänftigt durch Nervosität bedingt, krampfartige Zustände im Magen-Darm-Trakt. Bei Säuglingen mildert sie die Dreimonatskoliken.

Für Kinder ist Tilia-tomentosa mit seinem süßen Geschmack ein ideales pflanzliches Beruhigungsmittel. Bei unbestimmten Ängsten, bei Konzentrationsschwäche und Prüfungsangst hat es sich bewährt. Seine Kraft reicht so weit, dass es die Symptomatik des Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätssyndroms (ADHS) deutlich mildert und die damit verbundene Unruhe dämpft. Kindern, die aus Erregung oder Angst den Schlaf nicht finden können, nimmt es die Anspannung, sodass sich Ein- und Durchschlafstörungen bessern.



Mammutbaum _ Sequoia gigantea

Wirkt vitalisierend, aktiviert die männlichen Hormone. Hilft bei Erschöpfung, Energiemangel, Burn-out-Syndrom, Schulkopfschmerzen, Osteoporose, Sehnen-, Bänder-, Muskelschwäche, Schwäche im Bindegewebe, Prostata- und Potenzproblemen und Well-Aging des Mannes.

Anwendungsgebiete der Knospen:

Zentrales Nervensystem: Mammutbaum ist ein wichtiges Mittel bei Burnout und Energiemangel. Es stimuliert das Immunsystem und vitalisiert das Hormonsystem. Für Kinder ist das Mittel auch bei Schulkopfschmerzen empfehlenswert.

Nervensystem: Das Mittel aus den Triebspitzen des Baumes stärkt das Nervensystem und wirkt ausgleichend auf die hormonproduzierenden Drüsen. Die Kraft des Baumes überträgt sich auf den Menschen, beruhigt die flatternden Nerven und führt zurück in die Ruhe, wappnet gegen Stress und schützt vor dem Burn-out. Das Spray stärkt und entspannt. Die Wirkung ist tief greifend und lang anhaltend.

Osteoporose: Mammutbaum ist ein wichtiges Ergänzungsmittel zur Behandlung der Osteoporose. Das Gemmomittel stärkt die Knochen, indem es eine verbesserte Mineralisierung und erhöhte Vitalität des Knochengerüsts fördert. Sehnen und Bänder werden geschmeidiger, Muskeln gestärkt. Schwaches Bindegewebe wird gekräftigt.

Männliches Hormonsystem: Das Gemmomittel wirkt vitalisierend auf das männliche Hormonsystem und revitalisierend bei älteren Männern. Es erhöht und reguliert die Spermienproduktion und hilft bei Prostatabeschwerden und Potenzproblemen. Bei unerfülltem Kinderwunsch bringt es seine vitalisierenden Qualitäten ebenfalls zur Geltung.



Preiselbeere – Vaccinium vitis idaea

Wirkt entzündungshemmend und ausleitend über die Nieren, östrogenartig, verdauungsfördernd, regulierend auf die Darmtätigkeit, antirheumatisch. Hilft bei chronischen Harnwegsinfekten, frühzeitigem Altern, Osteoporose, Magenbrennen, chronischer Verstopfung, Völlegefühl, Säuglingsdurchfällen, chronischer Polyarthritis, Rheuma.

Anwendungsgebiete der Knospen:

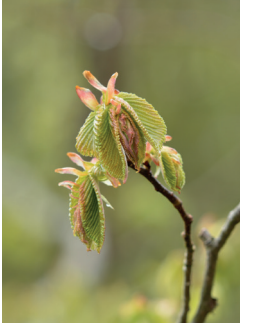
Frauenbeschwerden: Treten während der Wechseljahre lästige Hitzewallungen auf, ist die Anwendung des Knospensprays der Preiselbeere einen Versuch wert. Seine östrogenartige Wirkung kann auf die Wallungen Einfluss nehmen.

Well-Aging bei Mann und Frau: Die Preiselbeere zeigt ihre Qualitäten vor allem im reiferen Erwachsenenalter. Hier unterstützt sie das gesunde Altern und beugt vorzeitigen Alterungsprozessen vor.

Bewegungsapparat: Das Gemmomazerat fördert die Aufnahme von Kalzium und eignet sich daher als Vorsorgemaßnahme zur Vermeidung von Osteoporose.

Nieren und Blase: Bei akuten Harnwegsentzündungen des älteren Menschen sowie bei Prostataentzündungen kann die Preiselbeere hilfreich sein. Sollte eine Blasenentzündungen jedoch wiederkehren, ist die Vorstellung bei einem Arzt angezeigt.

Magen und Darm: Das Gemmomittel wirkt ausgleichend auf die Magensäureproduktion. Dadurch werden sowohl Magenbrennen als auch Mundgeruch, der aufgrund von Magenproblemen entstanden ist, gelindert. Das Knospenspray reguliert die Verdauung und normalisiert Verstopfung wie Durchfälle. Auch bei Säuglingsdurchfällen, die gelblich-grün gefärbt sind, ist die Preiselbeere nützlich und kann dem Säugling auf den Schnuller gegeben werden.



Ulme _ Ulmus minor

Wirkt antientzündlich bei Hautproblemen, juckreizlindernd. Hilft bei trockenen und chronischen Ekzemen, Hautausschlag, Juckreiz, Akne, Psoriasis, Fieberblasen, Gürtelrose, Wundheilung nach Verbrennungen.

Anwendungsgebiete der Knospen:

Haut: Bei Hauterkrankungen ist das Gemmomittel aus Ulmenknospen angezeigt. Es verfügt über juckreizlindernde und antientzündliche Eigenschaften. So kann es bei trockenen Ekzemen sowie bei Nesselfieber und vielen anderen Hauterscheinungen Linderung verschaffen.

Akne: Besonders in der Pubertät kann es durch die Hormonumstellung zu Hautunreinheiten und Akne kommen. Hier ist das Mundspray aus Ulme ein willkommener Begleiter.

Lippenherpes: Die antientzündliche Qualität des Ulmenknospensprays unterstützt das rasche Abheilen des Lippenherpes.

Gürtelrose: Die Gürtelrose kann keinesfalls selbst behandelt werden; hier ist unbedingt ein Arzt hinzuzuziehen. Dann jedoch kann das Ulmenspray in Absprache mit dem Behandler den Gesundungsverlauf begleiten.

Auch weitere Erkrankungen, die sich über die Haut zeigen, mögen vom Ulmenspray günstig beeinflusst werden: Folgen von Sonnenbrand und Verbrennungen bis hin zu Milchschorf und Furunkeln.

Zu beachten: Obwohl die Haut erkrankt ist und es naheliegen könnte, das Gemmospray direkt auf die Haut zu sprühen, ist dies nicht die übliche Anwendungsart. Es handelt sich auch hier um ein Mundspray, das über die Mundschleimhaut aufgenommen wird.



Wacholder _ Juniperus communis

Wirkt entgiftend und ausleitend über Leber und Nieren, harntreibend und verdauungsfördernd. Hilft bei Appetitregulation, Vorbeugung der Arteriosklerose, Ausleiten und Entgiften, Blähungen, erhöhtem Cholesterin, Durchfall nach Antibiotikabehandlung, Gallensteinen, Gicht, Gewichtsregulierung, Hämorrhoiden, Juckreiz, Heuschnupfen, Leberschutz, Magenbrennen, Ödemen und Stauungszuständen, Parodontose, Verdauungsförderung bei Völlegefühl, Heißhunger auf Süßes, Well-Aging und schlaffer Haut.

Anwendungsgebiete der Knospen:

Leber und Niere: Unterstützt die Reinigungsfunktionen von Leber und Niere. Die Ausleitung ist besonders bei chronischen Erkrankungen wichtig. Wacholder stärkt die Gesamtkonstitution des Organismus und wirkt entzündungshemmend und wassertreibend. Er normalisiert den Wasserhaushalt und hilft, Ödeme aus dem Körper auszuschwemmen. Chronische Nierenbecken-, Blasen- und Nierenentzündungen werden gelindert, die Bildung von Nierensteinen wird durch die angeregte Ausscheidungstätigkeit der Niere verhindert. Alle Funktionen der Leber werden durch das Wacholderspray gestärkt, der Stoffwechsel wird angeregt. Dies wirkt sich auf den gesamten Verdauungstrakt aus:

Völlegefühl, Magenbrennen und Blähungen werden gemildert, die Verdauung wird gefördert. Der Cholesteringehalt im Blut wird gesenkt. Durch Gicht hervorgerufene Beschwerden können gelindert werden

Das Gemmomittel aus Wacholdertrieben kann Heißhunger auf etwas Süßes regulieren – das hilft beim Abnehmen!

Indikationsliste
Beschwerden und die passenden Mittel

	Brombeere	Feige	Hagebutte / Heckenrose	Himbeere	Linde	Mammutbaum	Preiselbeere	Ribes nigrum	Ulme	Wacholder
ADS- und ADHS- artiges Symptomenbild					●					
Akne								●	●	
Angst / Angststörung		●			●					
Antriebsmangel	●					●				
Aphten			●					●		
Appetitlosigkeit		●			●					
Appetitregulation										●
Arthrose	●							●		
Asthma	●							●		
Ausleiten, allgemein								●		
Bettnässen		●			●					
Bindegewebe, schwach						●				
Blähungen		●								●
Blasenentzündung, akut							●	●		
Blasenentzündung, chronische							●			
Bronchitis	●									
Burn-out-Syndrom		●				●				
Cholesterinwerte, erhöht										●
Depressive Verstimmung		●			●					
Dreimonatskoliken					●					
Durchfall							●			
Durchfall, nach Antibiotika										●
Durchsetzungskraft, mangelnde	●									
Ekzem								●	●	
Energiemangel						●				
Entzündung, Rachen			●					●		
Entzündungshemmend			●					●		

	Brombeere	Feige	Hagebutte / Heckenrose	Himbeere	Linde	Mammutbaum	Preiselbeere	Ribes nigrum	Ulme	Wacholder
Erkältungskrankheiten			●					●		
Erschöpfung		●				●				
Fieberbläschen, Herpes								●	●	
Freie Radikale bindend, Leberschutz										●
Gallenfluss										●
Gastritis, Magenschleimhautentzündung		●						●		
Gebärmutterbereich, krampflösend				●						
Gelenkschmerzen							●			
Gewichtsregulierung/Übergewicht										●
Gicht								●		●
Gürtelrose									●	
Halsschmerzen; akut								●		
Halsschmerzen; chronisch			●							
Haut, schlaff									●	
Hautjucken									●	
Herzschlag, beschleunigter		●			●					
Heuschnupfen, akut								●		
Immunabwehr, stimulierend								●		
Koliken, krampfartig		●			●					
Lampenfieber		●			●					
Leberschutz										●
Magenbrennen		●					●			
Menstruationsbeschwerden/PMS				●						
Mittelohrentzündung			●					●		
Muskulatur, verkrampft					●					
Nasennebenhöhlenentzündung								●		
Nasen-Rachen-Entzündungen			●							

	Brombeere	Feige	Hagebutte / Heckenrose	Himbeere	Linde	Mammutbaum	Preiselbeere	Ribes nigrum	Ulme	Wacholder
Nervosität		●			●					
Nierenentzündung	●						●			
Ohrenschmerzen			●					●		
Osteoporose, Frakturprophylaxe	●			●		●	●			
PMS, prämenstruelle Symptome				●						
Prostatabeschwerden						●	●			
Prüfungsangst		●			●					
Rheuma							●			
Säuglingsdurchfälle							●			
Schlaflosigkeit, auch bei Kindern		●			●					
Schlafstörungen		●			●					
Schnupfen, trocken			●							
Schulkopfschmerz, Konzentrationsschwäche		●			●	●				
Sehnen-, Bänder-, Muskelschwäche						●				
Sinusitis								●		
Stress		●			●	●				
Unruhe, nervöse		●			●					
Verdauungsbeschwerden							●			●
Verdauungsförderung bei Völlegefühl		●					●			●
Verstopfung							●			
Warzen		●								
Wechseljahrbeschwerden				●			●			
Well-Aging bei der Frau				●			●			
Well-Aging beim Mann						●	●			
Wunden/Wundheilung									●	
Zuckerstoffwechselstörung										●

Warum Therapeuten die Gemmotherapie anwenden

«Ich setze sehr gerne Therapien ein, die sanft, zielgerichtet und effektiv sind. Dazu gehören auch die Gemmos.» Simone Lücke, Heilpraktikerin aus Dieburg

«Ich setze Gemmosprays gerne bei Patienten mit Magen- und Darmproblemen ein. Meine Patienten sind immer sehr begeistert, wie schnell es wirkt.» Alexandra Nau, Heilpraktikerin aus Velbert

«Ich wende die Gemmotherapie an, weil ich eine Vorliebe für unkomplizierte und gleichzeitig effektive Therapieformen habe. Auch für alles, was vor unserer Haustüre wächst und von jedermann/-frau genutzt werden kann. Die Wirkungsweise der Knospen ist gut nachvollziehbar und ihre Kraft direkt spürbar. Ich bin sehr dankbar, die Gemmotherapie kennengelernt zu haben, für mich selbst und meine Familie und auch für meine Patienten, die ebenfalls begeistert sind.» Karin Weick, Heilpraktikerin aus Gottmadingen

«Ich therapiere mit Gemmomitteln, weil besonders meine jungen Patienten es lieben, selbst zu sprühen, und weil sie ihnen guttun.» Dieter Mauch, Heilpraktiker aus Wuppertal

«Ich wende die Gemmotherapie an, weil sie angenehm in der Anwendung und sehr überzeugend in der Wirkung ist. Außerdem macht es mir Spaß und ist eine Freude, im Frühjahr die Knospen und Triebe schon frühzeitig zu beobachten. Bei Gelegenheit stelle ich die Glycerolmazerate selbst her.» Kerstin Ginzel, Phytopraktikerin aus Spaichingen

«Ich wende die Gemmotherapie an, weil sie für mich das kraftvollste Mittel aus der Pflanzenheilkunde ist, das wir momentan zur Verfügung haben. Die wertvollen Inhaltsstoffe von den Bäumen und Sträuchern sind phänomenal und unterstützen den Körper und unsere Zellen. In der Knospe ist die volle Power des Baumes enthalten. Sie geben uns nicht nur körperlich Kraft, sondern auch unserem Geist. Ich kombiniere teilweise unterschiedliche Pflanzen, wenn diese nicht als fertige Komplexmittel vorhanden sind. Ich liebe die schnelle Wirksamkeit der Gemmomittel.» Petra Schneider, Heilpraktikerin aus Markt Schwaben

Interview

Dr. med. Barbara Bichsel

Ärztin für Allgemeine Innere Medizin FMH, praktiziert in einer Gemeinschaftspraxis in Schiers in der Schweiz. Qualifikationen: Fähigkeitsausweise in Klassischer Homöopathie, Psychosomatischer und Psychosozialer Medizin, www.praxis-integra-schiers.ch

> «Ich setze die Gemmotherapie als Unterstützung bei etlichen Erkrankungen ein»

Wie sind Sie zur Gemmotherapie gekommen? Von der Gemmotherapie hörte ich das erste Mal im Rahmen meiner Homöopathieausbildung vor etwa 30 Jahren. Das nächste Mal kam ich vor rund 15 Jahren mit der Gemmotherapie in Kontakt, damals als in der Schweiz die ersten Gemmomazerate hergestellt wurden. Ich war von der Idee dieser Medikamente sofort begeistert und seit dem wende ich sie in der Therapie an.

Was ist für Sie das Besondere an dieser Therapie? Mir gefällt die Idee, dass die Knospen von Bäumen und Sträuchern für diese Therapie verwendet werden. Die Knospen sind die Organe, aus denen sich alle Teile der Bäume und Sträucher entwickeln können. Dadurch ist in ihnen eine hohe Konzentration vieler interessanter Inhaltsstoffe enthalten, die beim Menschen oder Tier verschiedene regulative Wirkungen auslösen können. Zudem hat mich die Beziehung des Menschen zu den Bäumen schon immer fasziniert und in der Homöopathie, meinem Hauptschwerpunkt innerhalb der Komplementärmedizin, werden eher wenige Bäume als Heilmittel eingesetzt.

Bei welchen Erkrankungen setzen Sie die Gemmomittel in der Praxis hauptsächlich ein? Ich setze die Gemmotherapie als Unterstützung bei vielen Erkrankungen ein. Einerseits sind es die akuten Infekte, bei denen Gemmomittel symptomlindernd und unterstützend bei der Heilung wirken. Andererseits setze ich sie aber auch bei chronischen Erkrankungen ein, z.B. bei hormonellen Störungen wie Menstruations- oder Menopausenbeschwerden oder bei chronisch wiederkehrenden Infekten, wie z.B. Blasenentzündungen, chronische Prostatitis oder Darmentzündungen. Sehr hilfreich sind sie auch bei Schlafstörungen oder Nervosität sowie bei vielen psychosomatischen Leiden, die durch innere Anspannung bedingt sind.

Können Sie uns einen Fall schildern? Ja, gerne. Ich erinnere mich an eine Patientin, die über viele Jahre Hormone zur Verhütung nahm. Nun wünschte sie sich schwanger zu werden, aber ihr Zyklus war zu kurz und sie hatte häufig Zwischenblutungen. Mit dem Gemmomazerat aus den Himbeerknospen, Rubus idaeus, konnte der Zyklus normalisiert werden, aber noch immer traten vor der Menstruation Schmierblutungen auf. Nach weiteren drei Monaten hatte die junge Frau nun regelmäßig einen Eisprung. Und nach neun Monaten wurde sie dann tatsächlich schwanger.



Begleiten Sie die Selbstmedikation Ihrer Patienten? Gerne bespreche ich mit meinen Patienten, welches Gemmomittel ihnen am ehesten helfen könnte. Im Laufe der Behandlung lernen die Patienten meistens selbst einzuschätzen, welches Mittel ihnen in welcher Situation hilft und Linderung verschafft.

Warum macht man die Gemmomittel nicht aus allen Heilpflanzen? Diese regulativ wirkenden Knospeninhaltsstoffe sind nur in den mehrjährigen Pflanzen enthalten, und zwar nur bei Bäumen und Sträuchern.

Kann die Gemmotherapie mit anderen Medikamenten kombiniert werden? Ja, dies ist problemlos möglich. Einerseits können sie mit chemischen oder pflanzlichen Medikamenten kombiniert werden und andererseits auch mit energetisch wirkenden Heilmitteln, wie z.B. Homöopathika. Es können auch mehrere Gemmomazerate gleichzeitig verwendet werden, allerdings sollte es sich dann um eine sich gegenseitig ergänzende Kombination handeln.

Fallbeispiele aus der Praxis

Starke Menstruationsschmerzen
Ein 14-jähriges Mädchen litt regelmäßig unter sehr starken Menstruationsschmerzen, sie krümmte sich weinend und schrie vor Schmerzen. Sie erhielt das Gemmomittel Rubus ideaus, Himbeere, zweimal täglich zwei Gaben. Außerdem eine Woche vor dem Beginn der Menstruation eine therapeutische Frauen-Massage und bei Bedarf 20 Tropfen Gänsefingerkraut-Tinktur. Bereits im Folgezyklus hatte sie 50 Prozent weniger Schmerzen, die Tinktur wurde nicht weiter eingenommen, nach vier Zyklen war sie nahezu beschwerdefrei.

Starke Darmkrämpfe
Ein 16-jähriges Mädchen litt unter starken Darmkrämpfen, die besonders vor der Menstruation und unter Stress ausgeprägt waren. Die Ursache wurde im Darm lokalisiert. Eine kombinierte Therapie begann, in der spagyrische Mittel, Milchsäureprodukte und das Gemmomazerat Ficus carica, der Feigenbaum, eingesetzt wurden. Während der Krämpfe wurde das Mittel alle 30 Minuten genommen. Anfänglich schlug die Therapie kaum an, wurde aber nicht abgebrochen. Eine deutliche Verbesserung trat nach acht Wochen ein. Die Darmsanierung wurde rund vier Monate durchgeführt, die Akutmedikation mit dem Gemmomittel wurde zwar beibehalten, aber immer seltener benötigt.

Migräne und Kopfschmerzen
Ein 17-jähriges Mädchen litt unter hormonell bedingter Migräne und Kopfschmerzen, vor allem kurz vor der Menstruation. Bisher wurde sie mit Paracetamol 500 behandelt. Als Lösung des Problems wurde an die Pille gedacht, von dem Mädchen aber abgelehnt, sie wünschte sich eine sanfte Alternative. Die Therapie: Gemmomazerat Rubus ideaus, die Himbeere, zweimal täglich zwei Gaben, außerdem eine Woche vor dem Beginn der Menstruation eine therapeutische Frauen-Massage und Phyto-L-Tropfen ab der Zyklusmitte. Nach drei Zyklen wurden die Migräneattacken etwas schwächer, auf das Schmerzmittel konnte verzichtet werden. Als Akutmittel kamen nun die Gemmomazerate Ribes nigrum, Schwarze Johannisbeere und Rosa canina, die Heckenrose, im Wechsel alle 10 Minuten zum Einsatz. Die anderen Therapien wurden noch drei Zyklen weitergeführt. Ab dem fünften Zyklus hatte sie keine Migräneattacken mehr und keinerlei Menstruationsbeschwerden.

Die Gemmo-Community

Warum wir die Gemmo-Community gegründet haben
Jedes Frühjahr sammeln und verdichten Bäume und Sträucher ihre Energie in den Knospen, um von dort aus neu auszuschlagen. Die Idee, diese stärkenden, vitalisierenden, beruhigenden und regenerierenden Lebenskräfte für den Menschen nutzbar zu machen, fasziniert uns immer wieder aufs Neue.

Noch ist die Gemmotherapie viel zu wenigen Menschen bekannt. Es mangelt an deutschsprachiger Literatur und an Austausch über die Erfahrungen mit der Methode. Dieser Mangel war unsere Initialzündung. Wir wollen informieren und Laien sowie Fachpersonen ansprechen und vernetzen.

So haben wir Ende 2017 unseren Verein, die Gemmo-Community®, gegründet und damit begonnen, diese Plattform aufzubauen.

Wer wir sind
Wir haben uns gefunden, weil wir alle von der Idee der Gemmotherapie begeistert sind: zwei in Gemmotherapie erfahrene Ärztinnen und Buchautorinnen, zwei Fachjournalisten und eine Fachfrau in Online- und Social-Media-Management: Christoph Trapp, Präsident; Susanne Schimmer, Vizepräsidentin; Fabienne Flückiger, Aktuarin; Dr. med Barbara Bichsel und Dr. med. Julia Brönnimann, Autorinnen des Buches «Gemmotherapie – Die Kraft der Knospen» (Ulmer-Verlag 2015)

Machen Sie mit!
Sie können die Gemmo-Community auf vielfältige Art unterstützen. Als Therapeutin oder Therapeut tragen Sie sich in die Therapeutenliste ein oder schreiben uns, warum Sie die Gemmotherapie anwenden und verlinken Sie unsere Webseite mit Ihrer. Verteilen Sie in Ihrer Praxis unsere Flyer, für 60,- Euro im Jahr kann jeder und jede Fördermitglied der Gemmo-Community werden.

Unterstützen Sie die Gemmo-Community auch finanziell: Postcheck-Konto 89-715906-1 / IBAN CH54 0900 0000 8971 5906 1.

Impressum:
Gemmo-Community
Schwarzenburgstrasse 150
CH-3097 Liebefeld
Text: Christoph Trapp und Susanne Schimmer, 2019



Tragen Sie sich in unsere Therapeutenliste ein

Die Gemmo-Community bietet Ihnen die Möglichkeit, in der Therapeutenliste für neue Patientinnen und Patienten sichtbar zu werden. Ob in Österreich, Schweiz oder in Deutschland, als Arzt oder als Heilpraktiker, wenn Sie die Gemmotherapie in Ihrer Praxis anwenden, steht Ihnen die Liste für 60,00 Euro / Franken im Jahr offen. Bitte füllen Sie das untenstehende Formular entsprechend aus.

Vorname:

Name:

Strasse:

PLZ und Ort:

Land:

E-Mail:

Telefon Nummer:

Mitteilung:

Datum und Ort:

Unterschrift:



Gemmo-Community
Schwarzenburgstrasse 150
CH-3097 Liebefeld
info@gemmo.de

www.gemmo-community.de
www.gemmo-community.ch
www.gemmo-community.at