

Hildegard von Bingen Kräuterheilkunde Pelargonienmischpulver – gut für die Abwehr

Spätestens wenn es draußen bitterkalt ist, lohnt es sich über die Infektabwehr nachzudenken. Ein bewährtes und erprobtes Mittel aus der Hildegard Heilkunde für alle Infekte im Herbst und Winter ist das Pelargoniengewürz.

Die Gewürzmischung, bestehend aus Kranichschnabel, Bertram und Muskatnuss, wirkt antibiotisch und antiviral und stärkt die Abwehrkräfte.

Schon zur Prophylaxe von Erkältungskrankheiten kann man das Pulver prisenweise zu allen Speisen geben. Ich nehme es wegen seines aromatischen Geschmacks besonders gern in die Salatsoße. Auch zum Brotteig passt es gut und wird von den Hildegardfreunden gern im Winter als Vorbeugemittel verwendet. Wenn man von der Wetterfühligkeit geplagt wird, an der eine gewisse Instabilität des Körpers abzulesen ist, kann das Pelargonienmischpulver helfen.

Hat der Schnupfen schon zugeschlagen, kann man es prisenweise auf Butterbrot essen. Oft reicht auch schon das Schnuppern am Pulver, um die Immunkräfte zu stimulieren.

„Wer Schnupfen hat, halte dieses Pulver an seine Nase und ziehe nur dessen Duft in sich ein, und der Schnupfen löst sich leichter und linde rund vergeht schnell, ohne den Menschen zu gefährden.“

Bei Husten empfiehlt Hildegard mit dem Pelargonienpulver mit Fett in der Pfanne kleine Kuchen zu backen und diese fleißig zu essen. Auch bei Heiserkeit und Beschwerden in der Brust soll man die Pelargoniengewürzmischung in warmem Wein trinken

Auch bei Grippe gibt man das Pulver in warmen Wein. Es gilt als Universalmittel bei echter Virusgrippe. Vor allem weil es das Herz unterstützt und so gegen die gefürchteten Spätwirkungen der Grippe, die sich am Herzen niederschlagen können, hilfreich ist.

Auch wenn sich Herzschmerzen oder Kopfschmerzen als Begleitsymptome einer Erkältung einstellen sollten, ist das Pelargonienmischpulver das Mittel der Wahl.

Das Hildegard Grippepulver wird aus dem englischen Geranium – „Geranium anglicum „ hergestellt, das auch „Kranichschnabel“ – „cranesbill „genannt wird. Dabei hat die Varietät „Geranium sanguinarium“ den höchsten Gehalt an grippewidrigen Inhaltsstoffen.

Ich hoffe, daß Sie mit diesen Hildegard Tipps die Erkältungszeit gut überstehen und verbleibe

Ihre
Daniela Dumann