

Die Kraft der Knospen

Knospen sind das Wertvollste der Pflanzen. In ihnen steckt die pure Lebenskraft. Das ist das Besondere der Gemmotherapie: Sie wirkt wie eine Frischzellenkur.

von Stefanie Deckers

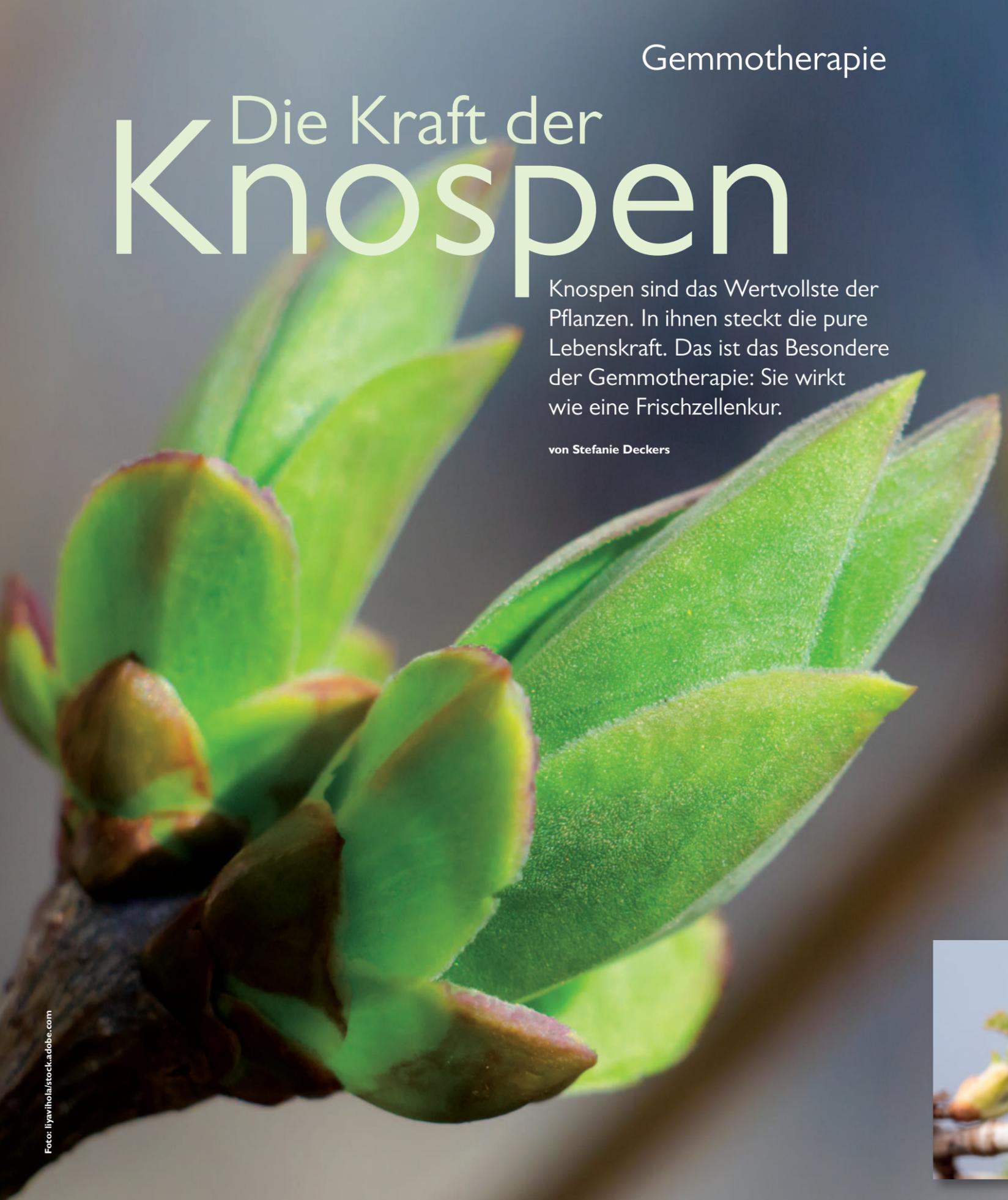


Foto: liyavithola/stock.adobe.com

Foto: Bettina Fornoff



IM INTERVIEW

Bettina Fornoff ist Heilpraktikerin für Homöopathie und Frauengesundheit in Bad Nauheim in Hessen.

In diesem jungen Entwicklungsstadium steckt die reine und unverbrauchte Energie, die die Pflanze zum Gedeihen braucht. Die vollständige Heilinformation ist bereits in den Triebspossen, Schößlingen und Wurzelspitzen gespeichert. Die Gemmotherapie nutzt diese hohe Wirkstoffkonzentration und überträgt sie auf uns Menschen. Wie das funktioniert, erklärt die Heilpraktikerin Bettina Fornoff.

Frau Fornoff, wie wirken die Knospenkräfte auf uns?

Bettina Fornoff: Die Gemmotherapie ist eine Methode, die unsere Regenerations- und Selbstheilungskräfte anregt. Bei einer Vielzahl von akuten und chronischen Erkrankungen wirkt sie reinigend und regulierend. Gemmotherapeutika stimulieren die Bildung spezieller weißer Blutkörperchen. Die sogenannten Fresszellen sind ein wichtiger Teil unseres Immunsystems. Sie nehmen Krankheitserreger auf und helfen bei der Ausleitung. Bakterien und Viren werden schnell unschädlich gemacht. Nach einem Infekt oder einer Antibiotikatherapie befreien Gemmotherapeutika von Giftstoffen und versorgen den Körper mit frischer Energie.

Woraus bestehen Gemmotherapeutika?

Bettina Fornoff: Man verwendet nur die Knospen und Triebspitzen aus biologischem Anbau. In diesem jungen Entwicklungsstadium ist das Maximum an Enzymen, pflanzlichen Eiweißen, Vitaminen und Wachstumshormonen enthalten. Zuerst stellt man einen Auszug der jungen Pflanzenteile her und verdünnt dann die Essenz in einem aufwendigen Verfahren mit einer Alkohol-Glycerin-Lösung. Der Alkoholgehalt ist aber so gering, dass die Knospensäfte auch für Kinder, Schwangere und Stillende geeignet sind. Erhältlich sind Gemmotherapeutika meist als Mundsprays. 2–3 Pumpstöße auf die Mundschleimhaut – mehrfach täglich mit zeitlichem Abstand zu den Mahlzeiten – reichen aus. Die Wirkstoffe gelangen auf direktem Weg in den Blutkreislauf und brauchen keinen Umweg über den Magen-Darm-Trakt. Eine Wirkung ist schnell spürbar.



Foto: faustayn/stock.adobe.com

Ribes nigrum (Schwarze Johannisbeere) ist das Akutmittel bei Erkältungen und Grippe.

Schon gewusst?

Gemmo ist lateinisch und bedeutet Knospe. Hildegard von Bingen (1098–1179) kannte bereits die Heilkraft der Schößlinge. Erst in den 1960er Jahren entdeckte der belgische Arzt Dr. Henry die besonderen Knospenkräfte neu. In Belgien, Frankreich und in der Schweiz hat sich die Gemmotherapie bis heute etabliert. Gemmotherapeutika sind dort als Arzneimittel zugelassen. Bei uns in Deutschland sind sie in der Apotheke erhältlich. Insgesamt gibt es elf Einzel- und fünf Kombiprodukte.

Gemmotherapeutika können als eigenständige Therapie eingesetzt werden oder begleitend zu anderen Methoden. Knospen-Mazerate vertragen sich sowohl mit Schulmedizin als auch mit Homöopathie.

Fragen zur Einnahme beantwortet Ihnen Ihr Heilpraktiker oder Apotheker.





Foto: inna/stock-adobe.com

Gibt es klassische Anwendungsgebiete?

Bettina Fornoff: Sobald das innere Gleichgewicht gestört ist, können sich Symptome bemerkbar machen. Gemmotherapeutika dienen der Harmonisierung im Körper. Das bekannteste Mittel heißt *Ribes nigrum*. Die Knospensenz der Schwarzen Johannisbeere kann akute Entzündungsprozesse im Hals-Nasen-Ohren-Bereich lindern. Eine beginnende Erkältung können Sie mit *Ribes nigrum* schnell in Schach halten.

Gemmotherapeutika unterstützen das Immunsystem bei akuten und chronischen Erkrankungen. Bei Funktionsstörungen wie Menstruations- und Wechseljahresbeschwerden sorgen die Knospenkräfte für Entspannung. Sie bringen die weiblichen Hormone zurück in ihre Balance und können Schmerzen lindern. *Rubus idaeus* (Himbeere) ist für Frauen das Mittel der Wahl. Männern hingegen empfehle ich, je nach Beschwerde, *Sequoia gigantea* (Mammutbaum). Die Essenz aus den frischen Baumtrieben lindert Prostatabeschwerden, beruhigt die Nerven und kann vitalisierend wie ein Jungbrunnen wirken.

Für Männer: *Sequoia gigantea* (Mammutbaum) aktiviert die männlichen Hormone.



Foto: Elke Hölzel/stock-adobe.com

Für Frauen: *Rubus idaeus* (Himbeere) reguliert die Funktion der Eierstöcke.

Worin unterscheidet sich die Gemmotherapie von der landläufigen Pflanzenheilkunde?

Bettina Fornoff: Die Gemmotherapie ist ein Zweig der Phytotherapie. Der Unterschied liegt im Alter der Pflanzen. Die Phytotherapie nutzt die ausgewachsenen Pflanzenteile: Blätter, Blüten und Früchte, Kräuter, Samen und Wurzeln. Die Gemmotherapie konzentriert sich ganz allein auf die Knospen. Nur das Embryonalgewebe einer Pflanze kommt zum Einsatz. In keinem anderen Entwicklungsstadium ist die Konzentration von Vital- und Wachstumsstoffen so hoch wie zu dem Zeitpunkt, wenn sich alle Kräfte in der Knospe sammeln.

Feigenknospe

(*Ficus carica*)

Ficus ist lateinisch und bedeutet „Leber“. Die Leber ist der Ort unserer Energie.

Wirkung:

- ◆ harmonisiert die Verdauung
- ◆ reguliert den Appetit
- ◆ beruhigt die Nerven
- ◆ hellt die Stimmung auf
- ◆ behandelt Warzen



Foto: asferico/stock-adobe.com

Preiselbeere

(*Vaccinium vitis-idaea*)

Die frischen Preiselbeertriebe halten Alterungsprozesse auf.

Wirkung:

- ◆ fördert die Calciumaufnahme bei Osteoporose
- ◆ fängt freie Radikale
- ◆ hilft bei Hitzewallungen in den Wechseljahren
- ◆ lindert Prostataleiden
- ◆ reguliert die Verdauung nach Antibiotikaeinnahme



Foto: Sandy Schütze/stock-adobe.com

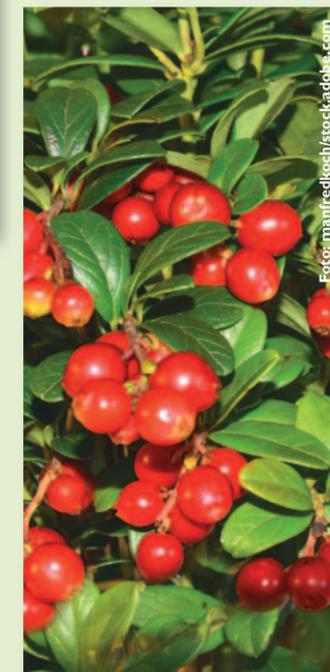


Foto: manfredkoch/stock-adobe.com

Esche

(*Fraxinus excelsior*)

Die Blattknospen der Esche sind ein gutes Rheumamittel.

Wirkung:

- ◆ hemmt Entzündungen der Bänder und Gelenke
- ◆ senkt Cholesterin und Harnsäure
- ◆ entwässert
- ◆ hilft bei der Gewichtsreduktion
- ◆ senkt Stresshormone



Gemmotherapeutika bekommen Sie in Ihrer Apotheke. Lassen Sie sich beraten!

Anzeige
Kopf-fit-
Buch

Dr. Metz KG