



Bild: Gita Kulnitch Studio/Shutterstock.com

©Copyright 2022 – Alle Inhalte, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung, bleiben vorbehalten, SAGRUSAN® GmbH

Einnahmeempfehlung

2x täglich 30 Tropfen*

Bei (chronisch-entzündlichen)

Darmerkrankungen:

3x täglich 30 Tropfen*

Kombi „Entgiftung und Reinigung“

1.-3. Monat: 2x 20 Tropfen*

(in Kombination mit Mariendistel)

*Ca eine halbe Stunde nach dem Essen mit einem Glas Wasser (ca.150ml) verdünnt einnehmen.

Menschen reagieren unterschiedlich auf Kräutertinkturen, daher empfiehlt sich eine einschleichende Dosis von 3x täglich 10 Tropfen mit anschließender Steigerung auf die oben beschriebene Einnahmeempfehlung (Herxheimer-Reaktionen)



Curcuma longa

Gelbwurzel / Gelber Ingwer

Familie

Pflanzenart innerhalb der Familie der Ingwergewächse (*Zingiberaceae*).

Beheimatet

Ursprünglich in Südostasien. Wird heute in den Tropen vielfach kultiviert.

Verwendete Pflanzenteile

Die Wurzel der Pflanze wird verwendet.

Inhaltsstoffe

Curcumin, Curcuminoide, Vitamine B1, B2 und C, Eisen, Kalium, Calcium, Zink, Magnesium, Schwefel sowie ätherische Öle.

Anwendung

Curcuma ist nicht nur eine bewährte Heilpflanze in der ayurvedischen Medizin, sondern eine international Anerkannte. In medizinischen Patientenstudien wurde die hohe Wirksamkeit des enthaltenen *Curcumin* gegen **dyspeptische Beschwerden** – auch als **Reizmagen** bekannt – bestätigt. Dabei handelt es sich um einen Sammelbegriff für verschiedene Beschwerden im Oberbauch, die mit dem Verdauungs geschehen zusammenhängen. Typische Symptome dafür sind u.a Druck und Schmerz im Oberbauch, Völlegefühl, Blähungen, langsame Verdauung und Fettunverträglichkeit. **Curcumin regt dabei die Produktion der Gallenflüssigkeit an.** Nicht nur all diese Beschwerden können gelindert, sondern auch Gifte aus der Leber besser und schneller über den Darm abgeleitet werden (=blutreinigend). Curcuma fördert daher eine gesunde Darmflora, wobei eine Gestörte als Ursache für viele heute verbreitete Zivilisationskrankheiten gilt. Ebenso kann Gallensteinen vorgebeugt und aufgrund der **antibiotischen** und **pilzhemmenden** Eigenschaften können u.a Bakterien wie *Helicopacter* im Magen oder der Hefepilz *Candida albicans* im Darm eingedämmt werden. Auch Magenschleimhautentzündungen und Krankheitsbilder wie **Morbus Crohn** und **Colitis Ulcerosa** (beides chronisch-entzündliche Erkrankungen des Darms) können durch Einnahme des Curcuma eine Verbesserung erfahren. Weiters sind positive Wirkungen auf das Herz-Kreislaufsystem und den Cholesterinspiegel bekannt. Als sicher gelten auch seine **entzündungshemmende, immunstärkende** und **antioxidative** Wirkung.