

Natives Schwarzkümmelöl bio zur Stärkung der Abwehr



Schwarzkümmelöl (*Nigella sativa*) ist ein natürliches Nahrungsergänzungs- und Stärkungsmittel, das insbesondere zur Immunstärkung nicht fehlen darf! Speziell in Ägypten werden die vielseitigen Heilwirkungen des Schwarzkümmelöls schon seit Jahrhunderten geschätzt. Bei uns in Europa ist das Schwarzkümmelöl mittlerweile auch bekannt und geschätzt. Auf Grund seiner immunregulierenden Wirkung wird es auch von Ärzten empfohlen.

Seit über 2000 Jahren wird Schwarzkümmel als Gewürzzugabe und in der Naturmedizin verwendet. Die Samen der Pflanze werden in Ölmühlen durch eine schonende Kaltpressung gewonnen. Das daraus gewonnene fette Öl ist reich an einfach und mehrfach ungesättigten Fettsäuren wie zB. Ölsäure (bis zu 25%) und Linolsäure (bis zu 60%), die unser Körper für ein optimales Funktionieren benötigt. Darüber hinaus enthält natives Schwarzkümmelöl den ätherischen Wirkstoff Nigellon, der bei Erkrankungen der Atemwege eingesetzt wird und Bronchien erweiternd sowie krampflösend wirkt. Durch die Hemmung der Ausschüttung von Histamin wirkt Nigellon zudem allergischen Reaktionen entgegen. Das feeling Schwarzkümmelöl stammt aus kontrolliert biologischem Anbau aus Ägypten und wird schonend kaltgepresst.



Schwarzkümmel als Immunkur und zur Darmentgiftung

Zwei besonders wichtige Einsatzmöglichkeiten von Schwarzkümmel sind die **Regulierung des Immunsystems** und die reinigende und ausscheidungsfördernde Wirkung auf das Verdauungssystem, insbesondere die **Entgiftung des Darms**. Die vielseitige Wirkungsweise von Schwarzkümmel auf das Immunsystem lässt sich unter dem Oberbegriff „Harmonisierung“ zusammenfassen. So wird ein geschwächtes Abwehrsystem gestärkt und kann sich dadurch vor verschiedensten Krankheitserregern besser schützen; ebenso wird ein auf Reizstoffe überschießend reagierendes Immunsystem reguliert, was zu einer Linderung von allergischen Symptomen führt. Neben der allgemeinen Aktivierung der Abwehrkräfte wirkt das naturreine Schwarzkümmelöl bio auch bei einer **Entschlackungskur** sehr unterstützend. Durch die Einnahme werden die Funktionen aller Organe angeregt und die Verdauung und Entschlackung des Körpers wird gefördert. **Heuschnupfen**-Geplagte sollten unbedingt vor der Pollenzeit eine Kur machen. Viele Allergiker bleiben somit in der Heuschnupfenzeit ganz verschont oder spüren zumindest eine Erleichterung. Wichtig ist jedoch, dass die Kur frühzeitig vor dem Pollenanflug gemacht wird!

Tipp: Bei **Atemwegsbeschwerden** kann Schwarzkümmelöl auch inhaliert werden. Dazu werden 15 bis 20 Tropfen Schwarzkümmel in ca. 1 Liter heißes Wasser gegeben. Wer mag, kann noch 1 Tr. Melisse (*Melissa officinalis*) oder 1 Tr. Atlas Zeder (*Cedrus atlantica*) dazugeben, um die Wirkung zu verstärken. Anschließend den Kopf über die Schüssel geben, mit einem Handtuch bedecken und 10-15 Min. die wohltuenden Dämpfe einatmen.

Kur mit Schwarzkümmelöl | Eine Schwarzkümmelöl-Kur sollte ca. sechs Wochen bis zu drei Monate dauern. Für die kurmäßige Einnahme empfehlen wir eine Dosierung von 1 Teelöffel Schwarzkümmelöl täglich (Erwachsene 1 TL täglich, Kinder unter 3 Jahren ½ TL täglich). Die 100 ml-Flasche Schwarzkümmelöl bio entspricht demnach ungefähr einer Kur eines Erwachsenen.



Literaturempfehlung: In der Leseprobe zum Thema Schwarzkümmelöl aus dem Buch „Die Kraft der wertvollsten Pflanzenöle“ finden Sie weitere Informationen zum nativen Schwarzkümmelöl wie beispielsweise die äußerliche Anwendung bei Hautproblemen, Anwendungsmöglichkeiten in der Veterinärmedizin uvm.

Fachbuch „Kraft der Pflanzenöle“ | Art.Nr. 3076 | EUR 19,99



Art.Nr. 18514 Schwarzkümmelöl nativ bio AKTION, 20 ml

statt EUR 9,30 jetzt um EUR 7,80

Art.Nr. 18526 Schwarzkümmelöl nativ bio AKTION, 100 ml

statt EUR 28,80 jetzt um EUR 19,80

Art.Nr. 18529 Schwarzkümmelöl nativ bio AKTION, 500 ml

statt EUR 98,80 jetzt um EUR 69,80