



Anthroposophische Medikamente

Ihr Ziel ist eine individuelle und ganzheitliche Humanmedizin

Achtsamkeit

Achtsamkeitsübungen – wie zum Beispiel eine kurze einminütige Gedankenminute vor dem Essen – haben positive, nicht zu unterschätzende Wirkungen.

Anthroposophische Arzneimittel sind pflanzlicher oder tierischer Herkunft. Verwendet werden auch Mineralien oder Metalle. Sie sollen die Kräfte der Selbstheilung des Menschen anregen, um ihm so helfen, sich selbst zu heilen.

Bryophyllum

In den westlichen Industrieländern ist Bryophyllum seit den 1970er-Jahren vor allem als Mittel zur Wehenhemmung oder bei Kinderwunsch verbreitet. Es wird auch gegen Beschwerden bei der Menstruation (zum Beispiel PMS) oder bei Beschwerden durch die



Abänderung eingesetzt. Bryophyllum wirkt entkrampfend auf die Gebärmutter. Man vermutet, dass die Wirkung von Bryophyllum durch seine den Gelbkörperhormonen ähnlichen Effekte im Körper zustande kommt.

Die Zubereitungen haben gemäss [Pharmawiki](#) nicht nur wehenhemmende, sondern auch beruhigende, schlaffördernde, antimikrobielle, antiallergische, entzündungshemmende, schmerzlin-dernde und antitumorale Eigenschaften.

Rosmarin

Rosmarin kann mehr, als nur Speisen verfeinern. Bereits seit dem Mittelalter wird die Pflanze auch als stärkendes und anregendes Heilmittel verwendet.

Rosmarinöl enthält Substanzen, die die Durchblutung in der Haut anregen und den Kreislauf ankurbeln. Die morgendliche Anwendung von Rosmarinöl wirkt belebend und weckt müde Geister auf.

Arnica/Plumbum mellitum

Oft fehlt es an der „inneren Motivation“ – dann kann ein anthroposophisches Medikament helfen, welche die Formkräfte durch die Ich-Organisation stärkt: Arnica / Plumbum Mellitum.