

Gesund durch Heilsteine und Öle

180 Erkrankungen schnell und wirksam behandeln

Werner Kühni
Walter von Holst



Werner Kühni Walter von Holst

Gesund durch Heilsteine und Öle

**185 Erkrankungen
schnell und wirksam behandeln**

AT Verlag

Die in diesem Buch wiedergegebenen Informationen sind nach bestem Wissen und Gewissen dargestellt und wurden mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft; sie sollen und können aber Rat und Hilfe eines Arztes nicht ersetzen. Autoren und Verlag übernehmen keinerlei Haftung für Schäden oder Folgen, die sich aus dem Gebrauch oder Missbrauch der hier vorgestellten Informationen ergeben.

Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Jede Wiedergabe, Vervielfältigung und Verbreitung auch von Teilen des Werks oder von Abbildungen, jede Übersetzung, jeder auszugsweise Nachdruck, Mikroverfilmung sowie Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen und multimedialen Systemen bedarf der ausdrücklichen Genehmigung des Verlages.

Dieses Buch ist eine vollständig überarbeitete, korrigierte und erweiterte Ausgabe des 2005 unter demselben Titel erschienenen Werks.

© 2014

AT Verlag, Aarau und München

Lektorat: Karin Breyer, Freiburg i. Br., und Asta Machat, München

Umschlagbild: Andreas Thumm

Bildaufbereitung: Vogt-Schild Druck, Derendingen

Druck und Bindearbeiten: AZ Druck und Datentechnik, Kempten

Printed in Germany

ISBN 978-3-03800-812-5

www.at-verlag.ch

Inhalt

- 9 **Zur Entstehung des Buches**
- 11 **Einleitung**
- 11 Das medizinische Nachschlagewerk
- 11 Zur rechtlichen Situation der Steinheilkunde
- 12 Eine Gebrauchsanleitung
- 12 Empirische Steinheilkunde
- 12 Mineralogische Steinheilkunde
- 14 Konzepte der Steinheilkunde-Praxis
- 17 Anwendungen mit Heilsteinen
- 25 Tsesit – ein neuer, gut geprüfter Heilstein
- 26 Physiologische Steinheilkunde
- 26 Halitsalz
- 29 Kolloidales Silber
- 31 Kieselsäuregel
- 32 Grüne Mineralerde (Bentonit)
- 33 Klinoptilolith als Pulver

- 34 **Praxis der Heilsteintherapie**

- 38 **Krankheiten von A bis Z**
- 38 Abszess
- 39 Alpträume
- 39 Allergie
- 39 Ängste, Angstneurosen
- 40 Appetitlosigkeit
- 41 Arterienverkalkung
- 41 Arthrose
- 42 Asthma
- 43 Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom und Hyperaktivität
- 43 Augenbindehautentzündung
- 43 Augenermüdung
- 44 Augenzittern
- 44 Ausfluss
- 45 Bandscheibenvorfall/-syndrom
- 45 Bandwurmbefall
- 46 Bauchschmerzen
- 47 Bettnässen
- 47 Blähungen
- 48 Blasenbeschwerden/-entzündung
- 48 Blutarmut
- 49 Blutcholesterinerhöhung
- 50 Bluterguss
- 50 Bluthochdruck
- 51 Blutniederdruck

- 51 Blutung, Blutstillung, Bluterguss
- 52 Borrelia-Erkrankung
- 52 Brand/Wundbrand
- 53 Bronchialkatarrh
- 53 Brustdrüsenzündung
- 54 Burn-out-Syndrom
- 55 Crohnsche Krankheit
- 55 Darmbeschwerden
- 56 Depression
- 57 Dickdarmentzündung, geschwürig
- 57 Dünndarmentzündung
- 58 Durchblutungsstörungen
- 59 Durchfall
- 59 Eierstock-/Eileiterentzündung
- 60 Eisenmangel
- 61 Ekzem
- 61 Ekzem, chronisch
- 62 Elektrosensibilität
- 63 Entwicklungs-/Wachstumsstörungen
- 63 Entzündungen
- 64 Erbrechen/Übelkeit
- 65 Erfrierung
- 65 Erkältung
- 66 Erschöpfung
- 67 Essstörungen
- 67 Fallsucht
- 68 Fehlsichtigkeit
- 69 Fieber
- 69 Furunkel
- 70 Gallenbeschwerden
- 70 Gallenblasenentzündung
- 71 Gallenkolik
- 72 Gallensteine
- 72 Geburt/Entbindung
- 73 Gedächtnisschwäche/Vergesslichkeit/Verwirrtheit
- 74 Gefühlskälte
- 74 Gelenkentzündung
- 75 Gesichtsschmerzen
- 76 Gewebewassersucht
- 76 Gewichtsregulierung
- 77 Gicht
- 78 Gliederschmerzen
- 78 Grauer Star
- 79 Grippe
- 80 Grüner Star

80	Gürtelrose	108	Multiple Sklerose
81	Haarausfall	109	Mumps
81	Halbseitenkopfschmerz	109	Mundausschlag
82	Halsentzündung	110	Mundschleimhautentzündung
83	Halsschmerzen	110	Muskelschmerzen, chronisch
83	Hämorrhoidalbeschwerden	111	Muskelschwäche
84	Harnröhrentzündung	111	Nagelfalzentzündung
84	Hautausschlag	112	Nahrungsmittelenverträglichkeit
85	Hautjucken	113	Narbennachbehandlung
86	Heiserkeit	113	Nasenbluten
86	Herzbeschwerden	114	Nebenhöhlenentzündung
87	Herzenge	114	Nervenentzündung/-schmerz
88	Heuschnupfen	115	Nervosität
88	Hexenschuss	116	Nesselsucht
89	Hörsturz	116	Nierenbeckenentzündung
90	Husten	117	Nierensteine
90	Immunschwäche	117	Ohrgeräusche
91	Impfschäden	118	Operation
91	Insektenbisse/-stiche	118	Orangenhaut
92	Ischiasbeschwerden	119	Pilzbefall
92	Keuchhusten	120	Potenzstörungen
93	Knochenbruch oder Knochenriss	120	Prellungen
93	Knochenerweichung	121	Prostatavergrößerung
94	Konzentrationsstörungen, Lernschwäche	121	Rachen-Kehlkopf-Entzündung
95	Kopfschmerzen	122	Regeneration
96	Krampfadern	122	Reise-/Seekrankheit
96	Krebs/Tumorerkrankungen	123	Reizdarm
97	Kreislaufbeschwerden	123	Rheuma
98	Kummer/Sorgen	124	Röteln
98	Lebererkrankungen	125	Rückenschmerzen
99	Lippenbläschen	125	Scharlach
100	Luftröhrenerweiterung	126	Schaufensterkrankheit
100	Lungenentzündung	126	Schilddrüsenüberfunktion
101	Lymphgefäß- und Lymphknotenentzündung	127	Schilddrüsenunterfunktion
101	Magenbeschwerden	128	Schlafstörungen
102	Magen-Darm-Geschwüre	128	Schlaganfall
102	Magenschleimhautentzündung	129	Schmerzzustände
103	Mandelentzündung	130	Schnitt-/Schürfwunden
104	Masern	130	Schuppenflechte
104	Menstruationsbeschwerden	131	Schuppungen
105	Milchbildungsstörung	131	Schüttellähmung
106	Milchschorf	132	Schwangerschaftsbeschwerden
106	Mineralstoffmangel	133	Schwerhörigkeit/Taubheit
107	Mittelohrentzündung	133	Schwindel, Schwindelanfall
107	Müdigkeits- und Erschöpfungssyndrom, chronisch	134	Sehnscheidenentzündung/Tennisellenbogen



Einleitung

Das medizinische Nachschlagewerk

Die analytische Steinheilkunde entwickelte sich in den letzten zehn Jahren rasant, und immer mehr Therapeuten verwenden heute in ihrer Praxis diese sanfte Methode. Mit der »Enzyklopädie der Steinheilkunde« wurde 2003 das gesamte Grundlagenwissen erstmals systematisch und vollständig dargestellt. Detailliert wurde hergeleitet, wie sich aus den Entstehungsbedingungen und allen weiteren mineralogischen Eigenschaften die besondere Heilwirkung des Steines entwickelt. Weiter wurden die Steine in gebräuchliche Wissenssysteme wie die Organuhr, Feng Shui, Chakrenlehre und Astrologie integriert, ein Großteil aller möglichen Anwendungsmethoden wurde dargestellt. Die Fragestellung nach dem optimalen Vorgehen bei bestimmten Krankheitsbildern musste jedoch ausgeklammert bleiben.

Mit dem nun vorliegenden, vollständig überarbeiteten Buch wird dem vielfachen Wunsch nach einem Ratgeber für die Praxis entsprochen. Um dem Anspruch auf optimale Wirksamkeit gerecht zu werden, wurden Kombinationen mit anderen Verfahren und Mitteln berücksichtigt.

In den letzten zehn Jahren wurde versucht, die Lithotherapie bzw. Edelsteintherapie mit der Aromatherapie sowie mit Anwendungen von kolloidalem Silber und Salzsole zu kombinieren, also Methoden, mit denen schon zuvor gute Ergebnisse erzielt wurden. Ätherische Öle führen im akuten Krankheitsfall zu sicherer und rascher Besserung, Heilsteine unterstützen und erweitern hingegen den Erfolg und beeinflussen auf nachhaltige Weise direkt die Konstitutionsebene.

Zur rechtlichen Situation der Steinheilkunde

Die Steinheilkunde ist kein anerkanntes Naturheilverfahren, wie etwa die Homöopathie oder die Phytotherapie, dazu ist deren Basis noch zu unsicher. Mit der Schaffung der analytischen oder mineralogischen Steinheilkunde und deren Steintestungen wurde zwar versucht, diese Methode zu sichern, doch sind diese Ansätze immer noch sehr rudimentär. Das gleiche Problem besteht mit den in der Steinheilkunde eingesetzten »Heilsteinen«, die gemäß ihrer medizinischen Zuordnung von deutschen Gerichten als »heilmittelähnliches Versprechen« eingeordnet wurden. Zu deren Zulassung

müssten zuerst klinische Studien durchgeführt werden, deren Zuverlässigkeit und Aussagekraft aber durchaus kritisch zu sehen ist. Das Mittel Contergan etwa wurde bekanntlich nach wissenschaftlichen Studien zugelassen, nach vielen schweren Schädigungen und Todesfällen aber wieder vom Markt genommen; bis heute, nach über fünfzig Jahren, gibt es jedoch keine Studie, die seine Gefährlichkeit belegt. So stellt sich die Frage, was eine wissenschaftliche Studie unter diesen Gesichtspunkten überhaupt wert ist. Und vor allem, wie zuverlässig sind die Zulassungsstudien, wenn es zu jeder Studie auch Gegengutachten und Gegenstudien gibt.

Das Gleiche trifft nicht nur auf die »Heilsteine«, sondern auch auf das inzwischen als Heilstein eingeordnete Zeolith-Mineral Klinoptilolith, das meist als Pulver eingenommen wird, aber keine Zulassung – weder als Nahrungsergänzungsmittel noch als Medikament oder Ähnliches – hat. Ähnlich verhält es sich beim kolloidalen Silber und anderen Mitteln der modernen Steinheilkunde, die mit dubiosen wissenschaftlichen Aussagen diskreditiert werden.

Die zugelassenen »wissenschaftlich geprüften« schulmedizinischen Medikamente führen jedes Jahr zu über 60 000 Todesfällen durch deren Nebenwirkungen – diese werden billigend in Kauf genommen. Bisher jedoch liegen keine Erkenntnisse vor, dass ein Heilstein, ein korrekt hergestelltes kolloidales Silber, ein Klinoptilolith oder ein anderes Mittel der Steinheilkunde zum Tod eines Anwenders führte. Und trotzdem werden diese als »gefährlich« eingestuft. Da die Anwendung der Steinheilkunde, mit ihren Randbereichen des kolloidalen Silbers und Klinoptiloliths, nicht wissenschaftlich gesichert und damit auch nicht zugelassen ist, darf dafür auch nicht geworben werden. Aussagen zu Heilsteinen dürfen nur ohne deren medizinische Wirkung gemacht werden. Eine medizinische Aussage zu einem »Heilstein« wäre somit eine unzulässige Werbung und damit ein Verstoß gegen das Heilmittelwerbegesetz. Die Steinheilkunde kann jedoch im privaten Rahmen in eigener Verantwortung eingesetzt werden. Das ist der Stand der Rechtsprechung in Deutschland, an die wir uns halten müssen. In der Schweiz und in Österreich ist die Rechtslage ähnlich gelagert.

Eine Gebrauchsanleitung

Die ab Seite 38 beschriebenen Erkrankungen und Beschwerden lassen sich wirkungsvoll und sicher mit ätherischen Ölen und Heilsteinen behandeln. Falls für die erfolgreiche Therapie sinnvoll, werden ergänzende Anwendungen mit Kieselsäure-Gel oder Kristallsalz empfohlen.

Nach der Beschreibung des Krankheitsbilds sind dessen wichtigste Symptome, die Ursachen und möglichen Komplikationen aufgeführt.

Ätherische Öle: Das fett gedruckte Öl ist das optimal wirksame, die Art der Anwendung und Dosierung ist angegeben. Weiter folgen die alternativ anwendbaren Öle, falls das erste nicht zur Verfügung steht, nicht vertragen wird oder der Geruch dem Anwender unangenehm ist.

Öl-Stein-Einreibungen: Es folgt die ideale Ergänzung der Anwendung von ätherischen Ölen mit Heilsteinen, wie sie in den letzten Jahren beobachtet wurde.

Heilsteinanwendungen: Zuerst wird auf akute Symptome, z. B. Schmerzen, dann auf die eigentliche Krankheit und deren Ursache, auf Nebenerscheinungen, wie z. B. Abgeschlagenheit, die seelischen Komponenten und schließlich auf stabilisierende und vorbeugende Steine eingegangen.

Durch diese neue Art der Darstellung wird erstmals den in Heilberufen Tätigen und Selbstanwendern die Möglichkeit für ein strategisches Vorgehen eröffnet, wobei der subjektive Leidensdruck wie auch die dem Betroffenen meist unzugänglichen Hintergründe Berücksichtigung finden. Die wirtschaftlich überschaubare, modulare Herangehensweise ist der täglichen Beratungspraxis der Autoren so weit als möglich nachempfunden.

Es werden in der Regel für jedes Stichwort mehrere Steine genannt; hierbei entspricht nach Möglichkeit die Abfolge der genannten Heilsteine ihrer Relevanz, sodass der erstgenannte Stein als Erster in Betracht gezogen werden sollte. Durch Schnittmengen mehrfach genannter Steine kann eine persönliche Rangordnung gebildet werden, die vor Fehlinvestitionen schützt.

Weitere Steine: Durch die alternativen Steine bleibt dem Leser genügend Freiraum. Er kann vor einem Neuerwerb zunächst seine bereits vorhandenen Steine testen und beim Kauf Prioritäten setzen.

Physiologische Anwendungen: Die weiteren physiologisch wirksamen Anwendungen von Salzsole, kolloidalem Silber und Kieselsäuregel oder Klinoptilolith als Pulver können den Organismus erheblich entlasten, sie haben sich als wirksame Ergänzung zu den oben genannten Maßnahmen bewährt. Bei Anwendung mit kolloidalem Silber werden Konzentrationen jeweils in ppm (parts per million) angegeben.

Zusätzliche Maßnahmen: Auch wenn die akuten Krankheitserscheinungen abgeklungen sind, können schädigende

Bedingungen weiterhin bestehen. Diese auszuräumen sichert den langfristigen Erfolg der Anwendungen.

Empirische Steinheilkunde

Als empirische Steinheilkunde kann man die gesammelte und wiederholbare Erfahrung mit Steinen bezeichnen, die in Selbstversuchen, Forschungsgruppen und therapeutischen Praxen sowie durch Erfolgsberichte gewonnen wird. Das steinheilkundliche Wissen aus 5000 Jahren Medizingeschichte, wobei jede Kultur ihre eigene Steinheilkunde entwickelt hat, muss dazu noch überprüft werden. Die in der Praxis bewährten Erfahrungen der empirischen Steinheilkunde werden oft erst im Nachhinein durch die Theorie der mineralogischen Steinheilkunde erklärt.

Gerade die Anwendung der Mineralien und deren Beschreibung in den Arzneimittellehren im Laufe der Medizingeschichte zeigen, dass die empirische Steinheilkunde lange ein Teil der Medizin war. Deshalb ist die empirische Steinheilkunde selbst heute noch eine wichtige Grundlage der Steinheilkunde.

Mineralogische Steinheilkunde

Die mineralogische Steinheilkunde verwendet mineralogische Bezugssysteme als Analogie des menschlichen Körpers zum physiologischen Aufbau, bei pathophysiologischen Störungen und psychischen Prozessen. Es wird beispielsweise davon ausgegangen, dass ein Mineral, welches etwa unter großem Druck entsteht, entsprechend hilft, große Belastungen im Leben leichter zu ertragen.

Dieses Verhältnis ist am einfachsten als Analogie zu verstehen. Der menschliche Körper besteht zu größten Teilen aus Wasser, während mineralische Feststoffe mit oft wenigen Prozenten nur einen überraschend geringen Anteil am Gesamtgewicht des Körpers haben. Umgekehrt enthalten Steine ebenfalls nur geringe Spuren von Wasser in ihrem Kristallgitter. Dadurch sind die Wechselwirkungen zwischen Mensch und Stein charakterisiert. Mineralien beeinflussen mit ihrer stetigen und regelmäßigen (konstanten) Ausstrahlung unsere aufnahmefähige und veränderliche Wassernatur. Stimuliert werden, unter anderem über den Elektrolythaushalt, Stoffwechselprozesse, das psychische Befinden und sogar die Lebenshaltungen. Diese tief greifenden Effekte rücken damit die Steinheilkunde in die Nähe der Homöopathie.

Biophotonen als Informationsträger

Der Mechanismus dieses Informationsaustausches geschieht möglicherweise über Biophotonen, die von Mineralien und Gesteinen ausgestrahlt und von den Körperzellen als Steuerungssignale aufgenommen werden. Der Physiker Fritz Albert Popp entdeckte die Bedeutung dieser extrem schwachen und in besonderen Frequenzbereichen angesiedelten »mitochondrischen Strahlung« für die körpereigenen Regulationsprozesse in den Achtzigerjahren des letzten Jahrhunderts (weiterführende Literatur: Marco Bischof, *Biophotonen – das Licht in unseren Zellen*, Zweitausendeins Verlag). Das über die sogenannten Biophotonen übermittelte Datenpaket enthält nicht nur die Informationen der Wellenlängen der im Stein enthaltenen Mineralstoffe, sondern auch die aller weiteren mineralogischen Eigentümlichkeiten des Minerals.

Analogie zwischen Mensch und Mineral

Der menschliche Organismus übersetzt die Daten in seine eigene Sprache und verwertet selektiv, was er derzeit an Anregungen benötigt. In der bereits erwähnten »Enzyklopädie der Steinheilkunde« sind die Prinzipien und Prozesse bis ins Detail dargestellt. Im Folgenden zum besseren Verständnis ein Überblick.

Die Entstehung des Minerals

Der ausgebildete Kristall spiegelt in vollkommener Weise die Bedingungen seiner Entstehung wider. Steine können aus dem abkühlenden Magma in großer Erdtiefe oder durch Vulkanismus entstehen. An der Erdoberfläche wirken Umweltbedingungen wie Wind, Wasser, Hitze, Frost und Säuren und führen zu neuen Stoffverbindungen, den Sekundärmineralien.

In der Tiefe der Erde vollziehen Gesteine eine Metamorphose durch große tektonische Drücke, die beispielsweise aus Kohlenstoff Diamant entstehen lassen.

Auf den Menschen übertragen, finden die Entstehungsbedingungen der Mineralien Entsprechungen in der Biografie oder der aktuellen Lebensphase eines Menschen. Dabei entspricht die magmatische Entstehung der Selbstfindung, der Selbstverwirklichung. Die sekundäre Entstehung als Adaption an die Umweltbedingungen ist analog zur sozialen Anpassung des Menschen zu sehen. Steine, die metamorph entstanden sind, sich also unter hohem Druck oder hohen Temperaturen aus älterem Gestein gebildet haben, eignen sich in besonderer Weise für persönliche Krisensituationen und Transformationsprozesse, die zu Wertewandel führen.

Die Mineralstoffe

Die Mineralstoffe, etwas vereinfacht Halbmetalle und Nichtmetalle sowie Metalle, stellen die Bausubstanz des Kristalls

dar. Allgemein sind die Mengenverhältnisse der beteiligten Elemente bedeutsam, aber vor allem interessiert, welche Metalle farbgebend sind. Somit repräsentieren die Metalle die besonderen Merkmale, Eigenschaften und Talente der Heilsteinsorte. Metalle charakterisieren das Unverwechselbare, Individuelle eines Minerals.

Die chemischen Verbindungen

Die chemische Klasse wird benannt nach Nichtmetallen und Halbmetallen und kennzeichnet die Zugehörigkeit zu einer Steinfamilie mit ähnlichem chemischem Bindungsverhalten. Die chemische Klasse beschreibt sozusagen den allgemeinen familiären Hintergrund, vor welchem die besondere Eigenart der Steinsorte deutlich wird, die auf den metallischen Anteil zurückzuführen ist.

Die Kristallstrukturen

Kristalle sind definiert als natürliche Körper mit symmetrischen Eigenschaften. Diese Symmetrieeigenschaften gehen auf die Anordnung der Atome zurück. So gibt es in der Natur sieben Grundordnungen, die sogenannten Kristallstrukturen, sowie eine weitere ungeordnete »amorphe Struktur«.

Erst bei mehrwöchiger Anwendung durch Tragen am Körper setzt sich langsam ein typisches Merkmal durch. Dass jeder Mensch genau einem von acht analogen Strukturtypen zugehörig ist, spielt in der persönlichen Edelsteinberatung eine entscheidende Rolle. Dieser der Persönlichkeit zugrundeliegenden Ordnung gerecht werden zu können, stellt eine besondere Stärke der mineralogischen Steinheilkunde dar.

Farbigkeit der Mineralien

Früher war die Farbigkeit, also das Verhältnis des Farbtons zum Licht, seine charakteristische Reinheit, Glanz und Transparenz, nahezu das einzige Kriterium, um die Wirkung eines Steines zu begründen. Unverändert ist sie der wichtigste Maßstab in der Preisgestaltung. Über die Farbe drückt sich das Wesen eines Steines aus, meist auch die Zugehörigkeit zu einem Energiemeridian nach der Traditionellen Chinesischen Medizin und das Temperament. Die Wirkung der Farbe kann nach den Erkenntnissen der Farbpsychologie und der Farbtherapie interpretiert werden – oder ebensogut, da sich das Wesen der Farbe so unmittelbar erschließt, wie früher: intuitiv.

Was sind Heilsteine

Heilsteine sind natürliche Mineralien oder Gesteine, deren Wirkung auf die Körperfunktionen des Menschen oder sein Verhalten, seine Befindlichkeit, seine inneren Einstellungen mehrfach bestätigt wurde.

Die Wirkung der Heilsteine in der praktischen Anwendung unterliegt naturgemäß anderen Kriterien als die Forschung.

Zeichnung: Zum Beispiel ein Achat mit Gebärmutterzeichnung.



Gebärmutter-signatur im Achat

Formgestalt: Zum Beispiel Magnesit-Knollen, die wie Hirnmasse aussehen.



Magnesit-Knolle mit Hirnsignatur

Abbild: Zum Beispiel spezielle Schiffe bei Sardonyx die ein Auge symbolisieren sollen.



Auge aus Sardonyx

In der »Enzyklopädie der Steinheilkunde« werden alle weiteren Unterscheidungsmerkmale ausführlich beschrieben, wie die Entstehung, die chemische Zusammensetzung und

Spurenelemente, das Kristallsystem, das spezifische Gewicht, die Härte, der Bruch, Glanz, Farbe, Magnetismus und die Radioaktivität.

Sehr befruchtend ist es, einen intuitiv gewählten Heilstein anhand dieser Kriterien zu erforschen und daraus Rückschlüsse auf die Lebenssituation und den vitalen Zustand zu ziehen.

Heilsteine wie etwa Achat, Chalcedon, Malachit, Sardonyx, Rhodochrosit, Rhodonit, Tsesit und versteinertes Holz werden meist nach der Signatur gewählt und wirken dann auch am sichersten.

Kriterien zum Erwerb eines Heilsteins

Es gibt verschiedene Kriterien, unter denen man einen Heilstein aussuchen kann, wobei die wichtigsten Gesichtspunkte folgende sind: Affinität, Signatur, Qualität, Größe und die Verarbeitungsform.

Der wesentliche Unterschied zwischen einem Heilstein und einem mineralogischen Sammelstück besteht darin, dass ein Heilstein monomineralisch sein soll, d. h. wenn möglich nur aus einem einzigen Stoff besteht; ein solcher Stein spielt für einen mineralogischen Sammler aber selten eine Rolle. Für einen Mineraliensammler steht oft die Paragenese im Vordergrund, also die Kombination der Mineralien an ihrem Bildungsort; der Fundort ist von zentraler Bedeutung. Für einen Heilsteinsammler hingegen ist das reine, klare Mineral wichtig, der Fundort – gleiche Erscheinung vorausgesetzt – ist hingegen uninteressant.

Affinität: Bezeichnet die Anziehung, die ein Stein aus welchen Gründen auch immer auf den Suchenden ausübt. Man fühlt sich von dem Stein angezogen. Man kann den Eindruck haben, der Stein »hat mir etwas zu sagen«, »lacht mich an«, »will zu mir«, bzw. der Stein hat »etwas Besonderes«.

Signatur: Das typische »Abbild«, das ein Heilstein zeigt, kann ausschlaggebend für eine Steinwahl sein, wenn die Signatur genau das bildlich abbildet, was im Körper gestört ist. Im Idealfall kann die Signatur z. B. das Abbild des gestörten Organs perfekt darstellen.



Achat mit Gehirnsignatur

Qualität: Ist ein wichtiges Kriterium der Heilsteine, wobei nicht die gemmologische Wertestufung im Sinne des Juweliers oder Edelsteingutachters ausschlaggebend ist, sondern eher das Charakteristische des Steins.

Als qualitativ besser wird der Heilstein definiert, der die typischen Merkmale eines Minerals am ausgeprägtesten zeigt. Ein blauer Chalcedon sollte blau, ein Bergkristall klar sein. Eine handwerklich gute Bearbeitung lässt die inneren Werte des Steines besser sichtbar werden.

Größe: Die Größe eines Steins bestimmt natürlich auch dessen Wirkung. So nimmt die Reichweite der Ausstrahlung mit dessen Größe zu. Z. B. hat ein kleiner Bergkristall-Trommelstein eine Reichweite von wenigen Zentimetern, ein großer Erdenhüter-Kristall mit über 20 kg dagegen ein Einflussgebiet im Kilometerbereich.

Verarbeitungsform: Die Gestalt eines Heilsteins kann ein ebenso wichtiges Kriterium bei der Steinauswahl sein, da die Anwendung oft bestimmte Formen erfordert bzw. bestimmte Formen manche Anwendungen ausschließen.

Zum Aufkleben sind z. B. grobe scharfkantige Rohsteine ungeeignet, dafür eignen sich besser Platten oder flache Trommelsteine. Oft ist es sinnvoll, mehrere Steine der gleichen Sorte in verschiedenen Formen anzuwenden.

Sucht man einen Heilstein möglichst unbefangen für sich selbst aus, kommen die aufgeführten Kriterien in der obigen Reihenfolge in Betracht.

Sucht man aus therapeutischen Gründen einen Heilstein für eine andere Person, kommt allerdings die Affinität weniger in Betracht. Die Hauptkriterien sind dann Signatur und Qualität.

Wird ein Heilstein mittels eines energetischen Testverfahrens ermittelt, sollte zum Zwecke des Erkenntnisgewinns die Wahl anhand von zuverlässiger Literatur nachvollzogen werden.

Qualitätsbegriff

Zum Qualitätsbegriff gehört auch, dass ein Heilstein nicht beliebig gemischt, sondern charakteristisch getrennt und farb-

lich abgesetzt ist. Das betrifft vor allem die Steine, die im Heilsteinhandel zwar einen Einzelnamen führen, in Wirklichkeit jedoch eine mehr oder minder große Mischung eines Minerals mit seiner Matrix darstellen.

Bekannte Beispiele sind der Smaragd, der oft als Einschluss in Quarz angeboten wird, wobei in dieser Verbindung der Smaragd-Anteil nur 5 bis 10 Prozent ausmacht. Die Wirkung des 90- bis 95-prozentigen Quarzanteils wird dabei einfach unterschlagen. So wünschenswert an dieser Stelle eine größere Reinheit wäre, so sehr ist dies eine Frage der Verfügbarkeit und des Preises.

Energetische Testverfahren

Zu den energetischen Testverfahren gehören das physikalische und mentale Pendeln bzw. das Arbeiten mit der Einhandrute. Ebenso populär sind Muskeltests aus der Kinesiologie. Daneben gibt es die aus der Bioresonanz und der Radionik bekannten computergestützten Messverfahren wie Mora, Vega, Oberon, Auramed, Bruce Copen und viele weitere.

Bei diesen Verfahren werden Resonanzen zwischen dem vitalen Organismus, dem potenziellen Heilmittel und Störfaktoren bzw. gestörten Körperbereichen festgestellt, die den vitalen Energiefluss im Körper verändern.

Für stimmige Ergebnisse müssen die Voraussetzungen für die Testfähigkeit erfüllt sein. Zu den häufigsten Störursachen bei der zu testenden Person und beim Therapeuten zählen Wassermangel im Körper, starke Erwartungen oder Ängste sowie ein durch Elektrosmog oder geopathologische Einflüsse gestörter Raum.

Der Aufbau der Empfehlungen des vorliegenden Buches ist optimal für energetische Testverfahren aufbereitet, sodass aus einer sinnvollen Vorauswahl rasch die wirksamste Kombination ermittelt werden kann. Die Wahl sollte anhand der Steinbeschreibungen begründet und besser eingeschätzt werden.

Die sichere Beherrschung eines oder mehrerer Testverfahren ist für die therapeutische Praxis unverzichtbar und



Chrysoprase in unterschiedlicher Qualität und Preislage



Muskeltest der Kinesiologie

Praxis der Heilstein-Therapie

Heilsteine und Öle

Die körperliche und seelische Wirkung der Heilsteine kann mithilfe ätherischer Öle verbessert werden. Dieser Ansatz konnte in den patientenbezogenen Testungen des Heilsteinmuseums Stockheim in den letzten Jahren immer wieder gezeigt werden. Damit wurde auch eine Bereicherung in der Anwendung der Steinheilkunde eingeführt. Die Forschungen in der Steinheilkunde des Heilsteinmuseums haben vor allem eines gezeigt. Ätherische Öle wirken schnell und zuverlässig (z. B. Nelkenöl bei Zahnschmerzen innerhalb von 20 Sekunden), aber zusammen mit einem passenden Heilstein wirken sie viel intensiver und vor allem länger.



Öl und Stein

Heilsteine werden nach den Kriterien der mineralogischen Steinheilkunde herausgesucht, d. h. passend zu bestehenden Beschwerden nach der Entstehung des Kristallsystems, der chemischen Zusammensetzung und der Farbe des Heilsteins. Somit können diese Steine sehr effektiv und vor allem individuell in der Naturheilpraxis eingesetzt werden:

Z. B. kann die krampflösende Wirkung von **Chrysokoll** bei Menstruationsbeschwerden mit der innerlichen Einnahme von **Muskatellersalbeiöl** verbessert werden. **Chrysokoll** hilft in diesem Fall, längerfristig aus dem Kreis der regelmäßig auftretenden Krämpfe auszusteigen.

Im Laufe der letzten 20 Jahre haben sich verschiedene Heilstein- und ätherische Ölkombinationen bewährt. Diese Kombinationen haben inzwischen in vielen Naturheilpraxen ihren festen Platz, nicht nur in der Schmerztherapie, gefunden.

Anisöl und **Tsesit** bei Angstzuständen und psychischen Störungen

Eukalyptusöl und **Sodalith** bei Atemwegs- und Bronchialerkrankungen

Fenchelöl und **Stromatolith** bei diffusen Verdauungsbeschwerden

Indisches Melissenöl und **Chrysokoll** zur sanften Blutdrucksenkung

Ingweröl und **Sphärolithischer Chalcedon** bei unspezifischen Immundefiziten

Lavendelöl und **Fluorit** bei chronischen nichtatrophischen Hauterkrankungen

Muskatellersalbeiöl und **Mondstein** bei allen hormonell bedingten Störungen

Nelkenöl und **Tsesit** oder **Kunzit** bei Schmerzzuständen der Wirbelsäule und Gelenke

Rosmarinöl und **Mahagoni-Obsidian** zur peripheren Durchblutungsverbesserung

Weihrauchöl und **Lapislazuli** (pyritfrei) bei starken Blutdruckschwankungen

Dazu die **Muskelrelaxöl**-Kombination aus einer Mischung von Lavendelöl, Orangenschalenöl, Pfefferminzöl, Rosmarinöl, Zimtrinde und Nelkenöl bei rheumatischen Schmerzzuständen der Muskulatur und der Gelenke.

Das **Muskelrelaxöl** bewährt sich immer wieder bei allen Schmerzzuständen an Knochen, Muskeln, Nerven, Sehnen und Gelenken, unabhängig von ihrer Entstehung. Dieses wird entweder mit **Tsesit** oder **Kunzit** in die schmerzenden Stellen eingerieben oder einmassiert. Bei Schmerzzuständen der Knochen verstärkt **Apatit** durch Auflegen, Einreiben oder gar Aufkleben auf die überlagernde Haut die Wirkung von Muskelrelaxöl. Aber auch der **Fluorit** verstärkt diese Wirkung auf schmerzhafte Gelenke und Sehnenansätze.

Kombination von Heilsteinen und Ölen

Die meistverwendete Anwendungstechnik dieser Kombinationen von Heilsteinen und Ölen ist das Einreiben eines ätherischen Öls mithilfe eines verarbeiteten Steines, oft eines Daumen- oder Massagesteines. Dabei wird das pure ätherische Öl auf die betroffene Körperstelle getropft, dann sanft und ohne Druck mithilfe des dazugehörigen Steins in die Haut eingerieben. Das ätherische Öl wird nicht mit einem fetten Öl gemischt, sondern pur aufgetragen. Eine Zumischung von fettem Öl würde dessen Wirkung abpuffern, seine Wirkung wäre abgeschwächt. Trocknet die Haut dabei aus, kann nach den

Anwendungen diese Hautregion nachgefettet werden. Es sollte jedoch eine Mindesteinwirkzeit von 20–30 Minuten eingehalten werden.

Die Öleinreibung mit Steinen wird vor allem bei Gelenk-, Nerven- und Muskelschmerzen eingesetzt. Bei reinen Knochenschmerzen ist sie nicht so effektiv. Aber durchaus bei Einreibungen im Leberbereich (**Chrysopras**, **Malachit**), auch zur Anregung der Leberfunktion (**Ingweröl**), im Herzbereich (**Indisches Melissenöl**), zur Beruhigung des nervösen Herzens (**Amethyst**), im Bauchbereich (**Ingweröl**), bei Verdauungsstörungen und im Unterleib (mit **Muskatellersalbeiöl**) und bei allen Hormon- und Menstruationsstörungen (**Mondstein**).

Ähnlich verhält es sich mit den lokalen Anwendungen, etwa wenn Steine auf bestimmte Körperstellen aufgelegt (**Amethyst**), mit einem hautverträglichen Pflaster (Chrysokoll, **Kunzit**, **Obsidian**) aufgeklebt oder mit einer Binde (**Aegirin**, **Tsesit**) befestigt werden.

Auch ist eine reine Kombination des **Tragens von Steinen** (**Chrysokoll**, **Mondstein**) und der **inneren Einnahme** eines analogen Öls (**Ingweröl**, **Muskatellersalbeiöl**) möglich. Vor allem bei psychischen Beschwerden (**Tsesit**) oder allen hormonell bedingten Erkrankungen (**Muskatellersalbeiöl**).

Zu den neueren Techniken der Steinheilkunde zählt die Einnahme von extrem fein gemahlene Steinen, wie etwa der Zeolithe, um den Körper zu entgiften, voran der **Klinoptilolith**. Er nimmt Stoffe, vor allem Schwermetalle und Ammoniak, in sein inneres Kristallgitter auf und kann es damit aus dem Körper wieder herausbringen. Damit unterstützt Klinoptilolith die entgiftende Wirkung der Leber, die mit dem Zusatz von **Ingweröl** noch verstärkt werden kann.

Neben der entgiftenden Metallbindung hat das Klinoptilolith noch eine andere Wirkung. Es lässt auch eine Dotierung mit bestimmten organischen Stoffen zu. Damit eignet es sich besonders gut als Trägersubstanz, um Wirkstoffe wie ätherische Öle länger und damit effektiver im Körper wirken zu lassen. Die magensäurebindende Wirkung des **Klinoptiloliths** kann somit mit der schleimhautschützenden Wirkung des **Fenchelöls** oder der fettabbauenden Wirkung des **Ingweröls** gekoppelt werden. Das wirkt sich besonders bei Magengeschwüren, aber auch bei schweren Erkrankungen des Verdauungstraktes positiv aus.

Wirkungssystem

Ätherische Öle wirken viel schneller als Heilsteine, letztere wirken jedoch länger. Durch die Kombination der beiden kann die Wirkungsdauer des ätherischen Öls verlängert und die des Heilsteins verstärkt werden.

Heilsteine haben in den meisten Fällen eine relativ breite, aber auch individuelle Wirkung und können beim Menschen

bei sehr verschiedenen Beschwerden eingesetzt werden. Ätherische Öle dagegen wirken viel spezifischer und generell. Die Kombination von Heilsteinen und einem analog wirkenden ätherischen Öl verstärkt die Wirkung des Heilsteins auf ein bestimmtes Wirkungsbild, ohne dessen Breite zu fordern. Das ätherische Öl schränkt in diesem Fall die Wirkung des Heilsteins ein.

Die dazu verwendeten Heilsteine sollten von guter Qualität sein und der Signatur des Steines auch entsprechen. Ein schwarzer Achat z. B. ist kein **Onyx**, erst die weißen Bänder machen den typischen Onyx aus. Der Heilstein sollte auch vollständig dem entsprechen und nicht nur in geringem Anteil enthalten sein. Je qualitativ hochwertiger der Heilstein ist, desto sicherer ist dessen Einsatz. In der Praxis ist es am besten, qualitativ hochwertige Cabochons oder reine klare Kristalle einzusetzen.

Nelkenöl fördert z. B. nur die schmerzmildernde Wirkung eines Heilsteins und keine andere, wie etwa **Ingweröl** nur die immunstärkende und magenverträgliche Wirkung verstärkt. Alle therapeutischen Einsätze, bei denen ätherische Öle entgegen deren analoger Wirkungsrichtung eingesetzt wurden, brachten kein sinnvolles Ergebnis.

Interessanterweise verstärken diese analogen ätherischen Öle jedoch auch die Wirkung von Heilsteinen, die an sich dort nur eine untergeordnete Rolle spielen. Es entspricht in etwa der Parallele zur Homöopathie, bei der manche Mittel nur eine einwertige, andere jedoch eine zwei- oder dreiwertige Wirkung haben. Das bedeutet: manche Heilsteine haben z. B. nur eine untergeordnete (einwertige) schmerzmildernde Wirkung (**Chalcedon**), die (vielleicht) erst zutage tritt, wenn diese Wirkung durch ein schmerzmilderndes ätherisches **Nelkenöl** verstärkt wird.

Ein Heilstein, der kein schmerzmilderndes Potenzial hat (**Opal**), kann dieses auch nicht durch ein analoges ätherisches Öl (**Nelkenöl**) bekommen. In diesem Fall kann es sogar sein, dass das **Nelkenöl** den **Opal** schädigt und er seinen Opaleffekt verliert. Das ätherische Nelkenöl verliert in diesem Fall etwas von seiner schmerzmildernden Wirkung, die chemische Struktur des Opals jedoch wird nachhaltig geschädigt – was nicht mehr rückgängig zu machen ist.

Da die besten Erfahrungen mit dieser Kombinationsmethode mit reinen Ölen gemacht wurden, muss man sich sehr intensiv mit der Wirkung der ätherischen Öle befassen. Im Gegensatz zu Heilpflanzen sind deren ätherische Öle viel wirkungsvoller, sie sind erheblich höher konzentriert. Beim therapeutischen Einsatz von ätherischen Ölen muss man sich genau an die Dosierungen halten, da bei einer Überdosierung relativ schnell massive Wirkungen auftreten können.

Muskatellersalbeiöl ist z. B. ein starkes Euphorika, man sollte die Dosierung von 1–2 Tropfen nicht überschreiten. Es kann durch seine euphorisierende Wirkung schnell leicht-

sinnig machen. Rosmarinöl darf z. B. auch nicht überdosiert werden, es kann bei einer Überdosierung zu Herzrhythmusstörungen führen.

Die kombinierte Anwendung von ätherischen Ölen, die zusammen mit Heilsteinen angewendet werden, erhöht den therapeutischen Erfolg der Heilsteine sowie der ätherischen Öle. Dies konnte im Laufe der letzten 20 Jahre an Hunderten von Patientenfällen gezeigt werden.

Das Prinzip der Selektiven Resonanz

Das Prinzip der Selektiven Resonanz besagt, dass genau die Eigenschaft des Heilsteins wirkt, die momentan benötigt wird, und beschreibt, wie der Körper die Impulse der Steine aufnimmt. Jeder Stein hat eine Reihe verschiedener Eigenschaften, die theoretisch zum Tragen kommen könnten. Ein Chrysopras beispielsweise wirkt gegen Alpträume, gegen Bettläsungen, gegen Hautjucken und erweckt religiöse Empfindungen. Wenn man unter Juckreiz leidet, wählt sich der Körper selektiv aus dem Pool der Schwingungsangebote zunächst nur die dringend benötigten, heilsamen Frequenzen aus und geht selektiv nur mit diesen in Resonanz. Die seelische Wirkung kommt zum Tragen, wenn der Stein nach Abklingen der Beschwerden weiter getragen wird und seitens des Anwenders eine generelle Resonanzbereitschaft angelegt ist.

Die umgekehrte Perspektive ist, dass jeder Heilstein ein Spiel braucht und sich nützlich machen will. Steinen kann man sozusagen ein Resonanzbedürfnis unterstellen. Dadurch kommen zuweilen Eigenschaften zum Tragen, die unerwartet sind, weil der Heilstein die gewünschten Eigenschaften gar nicht hat, der Körper andere Bedürfnisprioritäten gesetzt hat oder der Stein sich nach Erfüllung der ersten Aufgabe weiter einbringen möchte.

Wenn also ein Anwender die körperlichen Wirkungen nicht braucht, kommen die seelischen Eigenschaften zum Tragen, oder umgekehrt.

Das Prinzip der Selektiven Resonanz lässt sich nutzen, indem man den Stein möglichst in die Nähe des Wirkortes bringt. Dies kann lokales Aufkleben bedeuten, aber auch eine Trinkwasser-Zubereitung sein. In der Hosentasche getragen, wirken Steine unspezifisch überallhin, es sei denn, man hat gerade Prostatabeschwerden oder Blasenentzündung und es ist der passende Stein dagegen. Auch in zeitlicher Hinsicht kann der Einsatz des Heilsteins spezifiziert werden, z. B. wenn der Stein den Schlaf beeinflussen soll und mit ins Bett genommen wird.

Die Asymmetrische Anwendung

Die Asymmetrische Anwendung ist eine wichtige Methode der mineralogischen Steinheilkunde, die auf Erkenntnisse der Regulationsmedizin zurückgreift und erstmals in der *Enzyklopädie der Steinheilkunde* formuliert wurde.

In der Therapie mit Heilsteinen steht der Therapeut häufig vor der Situation, seinem Patienten verschiedene Steine verordnen zu müssen, die sich gegenseitig stören können, wenn sie gleichzeitig am gleichen Ort wirken sollen. Die Asymmetrische Anwendung sieht nun vor, den Einfluss dieser Steine strategisch zu steuern.

Steine, die den Lymphfluss anregen, werden bevorzugt als Wasser verabreicht oder zur Lymphmassage verwendet.

Steine, die eine Beeinflussung des sozialen Verhaltens bewirken, werden bevorzugt als Schmuck getragen.

Steine, die gezielt ein Organ ansprechen, werden nach Möglichkeit auf der entsprechenden Hautpartie fixiert.

Steine, welche alle Ebenen beeinflussen, werden bevorzugt in der Hosentasche getragen.

Neben der räumlichen Trennung ist auch die zeitliche Trennung ein wichtiges Instrument.

Grundsätzlich wird eine Anwendung tagsüber vorgezogen, nachts sollte der Körper zur vollständigen Regeneration so wenig als möglich beeinflusst werden. Ferner gibt es bestimmte Abfolgen von Steinen, wie eben auch Erkrankungen in verschiedenen Stadien verlaufen.

Das Verständnis der Asymmetrischen Anwendung ermöglicht in der Praxis eine individuelle Vorgehensweise, die der Situation des Klienten in hohem Maße gerecht werden kann. Dem kommt die vorgenommene Gliederung der Empfehlungen der Heilsteine entgegen.

Wellness-Steine und Therapiesteine

Das Konzept der Intensität führt zur Unterscheidung in Wellness- und Therapiesteine. Bei jeder Maßnahme wünscht man sich eine sinnvolle Balance zwischen starker Wirkung und guter Verträglichkeit. »Wasch mich, aber mach mich nicht naß« ist ein nachvollziehbares Bedürfnis, dem aber nicht in jeder Phase einer Erkrankung entsprochen werden sollte. Umgekehrt macht es wenig Sinn, »mit Kanonen auf Spatzen zu schießen«.

Die Intensität einer Steinsorte kann allerdings durch die Wahl des Anwendungsverfahrens moderiert werden. Viele winzige Diamanten, ins Trinkwasser eingelegt, wirken sanfter und ganzheitlicher als ein Ring am Finger. Andererseits kann die Wirkung des Wellness-Steins Amethyst erheblich gesteigert werden, wenn mit ihm das Energiefeld des Körpers ausgestrichen wird. Auch der harmlose Klinoptilolith bekommt, als Pulver in Wasser eingenommen, eine tief greifende (und immer noch sehr gut verträgliche) Heilwirkung.

Die Einschätzung des Krankheitsverlaufes ist die Grundlage der Entscheidung für einen Wellness- oder Therapiestein.

Wellness-Steine

Wellness-Steine sind in ihrer Wirkung gut verträglich und können ohne Vorbehalte zur sanften Umstimmung verwendet werden. Sie halten am Positiven, Förderlichen fest und orientieren in Richtung Gesundheitserhaltung. Sie können daher im Anfangsstadium einer Erkrankung oder beim Gesunden zur Vorbeugung oder Nachversorgung eingesetzt werden. Gerade bei Kindern scheiden viele Therapiesteine nahezu kategorisch aus, hier sind in der Regel Wellness-Steine die vernünftige Alternative, sofern nicht die Intensität der hochakuten Erkrankung ein entschiedenes Vorgehen erzwingt.



Unakit, Rosenquarz, Aquamarin, Chalcedon, Bernstein, Selenit, Sodalit, Amazonit, Opal sind populäre und gut verträgliche Wellness-Steine

Bei oberflächlicher Betrachtung entsteht folgendes Bild: Wellness-Steine sind in vielerlei Hinsicht gut erforscht, oft recht populär, gut am Markt verfügbar und im Preis bei durchschnittlicher Qualität und Größe moderat einzustufen. Natürlich gibt es unzählige Wellness-Steine, die aufgrund ihrer Seltenheit teuer und kaum verfügbar sind.

Therapiesteine

Therapiesteine sind in ihrer Wirkung intensiv und fordernd. Sie zielen direkt auf die Schwäche und konfrontieren den Anwender mit den Konsequenzen seines Verhaltens und Befindens, bringen aber die Intensität mit, Zustände wirksam zu verändern. Therapiesteine müssen herangezogen werden, wenn pflegerische Möglichkeiten ausgeschöpft sind und entschlossenes Handeln dringend geboten ist. Sie wirken gegen die Krankheit und kommen zum Einsatz, bis die Gesundheit wiedererlangt ist.

Therapiesteine wie Diamant, Lapislazuli oder Granat sind zwar sehr populär, aber deswegen keineswegs für jedermann zum Dauergebrauch geeignet. Oft werden Therapiesteine gezielt gegen wenige, ganz bestimmte Krankheitszustände eingesetzt, sind aber in ihrer allgemeinen Wirkung weniger er-



Ägirin, Rhodochrosit, Kunzit, Topas Imperial, Lapislazuli, Diamant, Charoit, Granat sind beliebte Therapiesteine

forscht. Sie sind oft nicht so populär, eher hochpreisig und aus verschiedenen Gründen in nur wenigen Verarbeitungsformen verfügbar.

Therapiesteine können in Einzelfällen auch Steine umfassen, die wegen ihrer Giftigkeit (z. B. Cinnabarit oder Eclipse) oder schwierigeren Handhabung (z. B. Borax) nur in der Naturheilpraxis verwendet werden.



Rosasil, Glaukopban, Schalenblende, Eclipse, Zinnober-Opal, Tantalit, Kämmererit, Richterit, Tansanit, Libysches Wüsten-glas werden zur Therapie eher selten verwendet.

Krankheiten von A bis Z

Bei den folgenden 185 Beschwerden werden die therapeutisch wichtigsten ätherischen Öle und Heilsteine beschrieben sowie die ergänzenden Anwendungen mit kolloidalem Silber, Klinoptilolith-Pulver oder Halitkristallsalz.

Die Rubrik beginnt mit einer allgemeinen Beschreibung des Beschwerdebildes, den wichtigsten Symptomen, dem Verlauf und möglichen Komplikationen sowie möglichen Ursachen der Beschwerden.

Die **ätherischen Öle** sind in der exakten Dosierung und Anwendungshäufigkeit, mit einem oder mehreren Alternativölen aufgeführt.

Die Rubrik **Öl-Stein-Einreibungen** beschreibt die Erfahrungen, die gesammelt wurden bei der kombinierten Anwendung von ätherischen Ölen, die mit speziellen Steinen eingerieben wurden.

Die **Heilsteine** werden nicht in den Handelsformen angegeben, sondern nur in ihrem Verwendungsmodus.

Heilsteine können somit als gefasste Anhänger, gebohrte Trommelsteine oder Pi-Scheibe getragen, als flache Trommelsteine, Cabochon, Scheibe, Kristall oder Rohstein kurzfristig aufgelegt sowie über einen längeren Zeitraum aufgeklebt oder fixiert werden. Der Erfahrung nach spielt es keine Rolle, ob z. B. beim Auflegen ein Trommelstein, ein Cabochon oder eine Scheibe verwendet wird.

Die **physiologische Anwendung** bezieht sich in erster Linie auf Metalle wie etwa kolloidales Silber oder Mineralien wie Klinoptilolith, das extrem fein zermahlen innerlich genommen wird, aber dennoch als eine Anwendung der Steinheilkunde zu betrachten ist.

185 Beschwerden

Die Angaben zu Anwendungen eines Steins – z. B. tragen oder trinken – sind Empfehlungen, von denen im Einzelfall abgewichen werden kann oder muss. Ein Kriterium für den Einsatz der Steine bietet die Asymmetrische Anwendung der ermittelten Steine, die es ermöglicht, die notwendigen Heilsteine bestmöglich in der Situation des Patienten anzuwenden.

 als Wasser trinken

 in der Tasche tragen

 ins Bett legen

Abszess

Abscessus

Ein abgekapselter, eitriger Einschluss von Krankheitserregern unter der Haut mit oder ohne Schwellung, der sich nach einem Durchbruch nach außen durch Aufbrechen oder Fistelgänge entleeren kann.

Symptome: Meist entzündliche, mit Eiter gefüllte Weichteilschwellung, die auch als starke Hautrötung mit Fieber auftreten kann. Ein großer Abszess kann zu einer Blutvergiftung (Sepsis) führen.

Ursachen: Eine meist durch Staphylokokken, Streptokokken oder Kolibakterien ausgelöste Entzündung.

Ätherische Öle: 2-mal täglich 2–3 Tropfen **Lavandinöl**, alternativ Nelkenöl lokal auftragen.

Öl-Stein-Einreibungen: Ideal ergänzt sich die Einreibung von **Lavandinöl** mit Sphärolithischem Chalcedon.

Heilsteinanwendungen:



Heliotrop



Sphärolithischer Chalcedon

Zur Abschwellung und Entzündungshemmung grünen **Turmalin**, **Heliotrop**, **Sphärolithischer Chalcedon** oder **Chalcedon** auflegen, zur Hautregeneration **Rhodonit** oder **Amethyst** als Wasser auftragen,

zur Abszesserweichung und Verringerung der Abszessneigung **Amethyst**, **Chrysopras** oder **Peridot** als Wasser auftragen, zur Entzündungshemmung, Fiebersenkung und zum Abbau der Entzündungsherde bei eitrigen Prozessen **Heliotrop** auflegen und bei Bedarf **Smaragd** aufkleben und trinken,

zur Ausleitung, Entgiftung und Entschlackung **Chrysopras** oder **Sphärolithischen Chalcedon** auflegen, zur Schwermetallausleitung **Klinoptilolith**, **Baryt** oder **Antimonit** tragen, alternativ in Abszessnähe fixieren, zur Vorbeugung gegen wiederkehrende Abszesse **Sphärolithischen Chalcedon** oder grünen **Turmalin** tragen.

Weitere Steine: Mondstein, Mookait und Rhodochrosit.

Physiologische Anwendung: Einige Tropfen **kolloidales Silber 50 ppm** lokal unverdünnt auftragen, 2-mal täglich 10 ml 50 ppm trinken.

Täglich 3 g **Klinoptilolith** als Pulver in 1 Glas Wasser gerührt einnehmen.

Alpträume

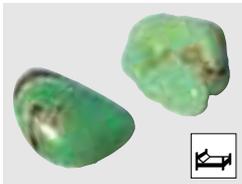
Pavor nocturnus

Ein angsterfülltes Erlebnis, das als Vorstellung während des Schlafs auftritt und beim Aufwachen noch stark körperlich spürbar ist.

Der Schlafende reagiert oft mit starken Abwehrbewegungen, verspannter Muskulatur, beschleunigtem Puls, Schwitzen und nicht selten mit Sprechen oder Schreien. Oft wacht der Träumende verstört auf.

Ätherische Öle: Optimal 1–2 Tropfen **Muskatellersalbeiöl** abends einnehmen, alternativ mit 2–3 Tropfen Anisöl oder Lavandinöl abends die Brust einreiben.

Heilsteinanwendungen:



Chrysopras



Amethyst

Zur Angstlösung, Traumbewältigung und bewussten Konfliktverarbeitung dunklen **Amethyst** tagsüber tragen und **Chrysopras** oder **Tsesit** abends unter das Kopfkissen legen oder umgekehrt, alternativ **Charoït** oder alternativ **Tsesit** unter das Kopfkissen legen,

zur psychischen Stabilisierung, für Schutz, Sicherheit und Geborgenheit **Türkis** als Wasser trinken,

bei ständig wiederkehrenden Alpträumen und Ängsten zur Vermittlung von Geborgenheit und Urvertrauen **Tsesit** oder **Chrysopras** unter das Kopfkissen legen,

zur Neutralisierung negativer Emotionen oder Energien **Halitkristalle** als Steinkreis um das Bett legen, um störende Einwirkungen von außen zu neutralisieren, oder schwarzen **Turmalin** unter das Kopfkissen legen.

Weitere Steine: Achat, Amazonit, Aventurin, Nephrit, Malachit, Rauchquarz, Saphir.

Allergie

Im Unterschied zur Nahrungsmittelunverträglichkeit

Bei allergischen Schockzuständen **Zirkon**, alternativ **Diamant** in der Hand oder auf die betroffene Stelle halten, zur Verminderung der Histaminausschüttung **Aquamarin**, **Aventurin**, **Smaragd**, **Apophyllit** oder **Amazonit** in der Hand halten oder auflegen sowie zusätzlich als Wasser ansetzen und trinken,

zur Stärkung der spezifischen Immunabwehr und für erholsamen Schlaf **Heliotrop**, alternativ **Nephrit** beim Einschlafen auf die Brust halten,

zum Abschwellen der gereizten Schleimhäute **Chalcedon**, **Opal**, **Fluorit**, **Lapislazuli** oder **Amazonit** als Wasser trinken,

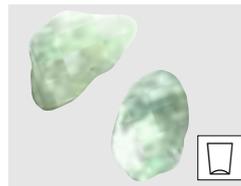
bei Kontaktallergien der Haut **Prasemquarz** oder **Schalensblende** auflegen,

zur Normalisierung des Abwehrsystems und gegen Wiederaufflammen **Topas**, **Sardonyx**, **Bergkristall** oder **Achat** mit sich führen und trinken.

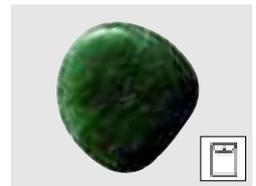
Weitere Steine: Serpentin, Sphärolithischer Chalcedon.

Physiologische Anwendung: Kolloidales Silber mit 50 ppm auf die betroffene Haut auftragen oder lange gurgeln sowie 1- bis 2mal täglich 15 ml mit 50 ppm trinken.

Dazu 1- bis 2mal täglich 3 g **Klinoptilolith** als Pulver in etwas Wasser gerührt einnehmen.



Aquamarin



Aventurin

Ängste, Angstneurosen

Phobien

Das beim emotionalen Erleben (oder der Vorstellung) einer unüberwindlich erscheinenden Bedrohung auftretende, unangenehme und beengende emotionale Gefühl einer existenziellen Bedrohung der Unsicherheit oder Furcht, das von vegetativ gesteuerten Symptomen begleitet wird.

Symptome: Blässe der Haut, Schweißausbrüche, Schreckmimik, Unruhezustände, Herzklopfen, Zittern, Anstieg der Atem- und Pulsfrequenz, Blutdruckanstieg, Kopfschmerzen

Aromatherapie und ätherische Öle

Alle Pflanzen enthalten als Stoffwechselprodukte ätherische Öle, doch liegen deren Konzentrationen oft in einem chemisch nicht nachweisbaren Bereich. Etwa 26 000 Pflanzen sind inzwischen gut untersucht, 350 dieser Pflanzen können kommerziell verwendet werden; auf dem europäischen Markt werden 150 ätherische Öle vertrieben, die jedoch keinesfalls einheitlich sind.

Viele Öle, die unter gleichem Namen erhältlich sind, stammen von unterschiedlichen Pflanzen und sind damit auch von unterschiedlicher chemischer Zusammensetzung.

Die ätherischen Öle konzentrieren die Heilkräfte der Pflanzen in sich. Obwohl es neben den ätherischen Ölen noch andere Inhaltsstoffe gibt, die die Wirkung einer Pflanze ausmachen, sind ätherische Öle bestimmend für die medizinische Heilkraft. Die Bitter- und Gerbstoffe dieser Pflanzen sind für ihre medizinische Wirkung hingegen nicht so bedeutend.

Ätherische Öle wirken schneller und intensiver als Heilsteine, Letztere verstärken jedoch die Wirkung der ätherischen Öle.

Die nachfolgend beschriebenen ätherischen Öle sind die am häufigsten verwendeten Öle in der Aromatherapie. Sie reichen aus, fast alle körperlichen und psychischen Beschwerden zu lindern bzw. zu bessern.

Anwendungen der Aromatherapie

Von den etwa dreißig verschiedenen klinischen Anwendungsmöglichkeiten der Aromatherapie haben sich sechs Anwendungen besonders im Alltagsgebrauch bewährt. Diese lassen sich auch vom Laien leicht durchführen und machen die Anwendung der ätherischen Öle erst zur Therapie.

Die allgemein bekannte »Aromalampe« hat zumindest im therapeutischen Bereich keinen Einzug gehalten, wenn sie auch zur »geruchsgebenden« Unterstützung oft mit eingesetzt wird.

Da die Aromatherapie eine der sinnvollsten Therapien für den Laien sein kann, können diese die meisten, im Normalfall zuhause behandelbaren Gesundheitsstörungen nicht nur unterstützend mitbehandeln. In vielen Fällen ist die Aromatherapie auch das erste Mittel der Wahl, z. B. bei Zahnschmerzen, Erkältungen, Stimmungsschwankungen oder Menstruationsbeschwerden, bei denen die Aromatherapie allen anderen therapeutischen Maßnahmen haushoch überlegen und dabei auch unschlagbar preiswert ist.



Einreibungen mit der Fingerspitze

Einreibungen

Einreibungen sind einfacher als Massagen auszuführen und vor allem bei Kindern sehr beliebt.

Technik: Sie verteilen einige Tropfen eines ätherischen Öls oder einer ätherisches Öl enthaltenden Flüssigkeit und reiben diese so lange mit ihrer flachen Hand oder oft besser nur mit den Spitzen von Zeige- und Mittelfinger unter mehr oder weniger starkem Druck auf der Haut ein, bis die Tropfen vollständig von der Haut aufgenommen wurden.

Je nach Beschwerden werden die ätherischen Öle in die Haut der Arme oder Beine, der Brust, des Bauchraums oder des Unterleibs eingerieben. Mit sehr sanftem Einreiben kann dies auch über verbrannter oder verletzter Haut und über Wunden geschehen.

Anwendungsbereiche: Erkrankungen der Haut und allergische Hautreaktionen, Erkrankungen der Lymphdrüsen, der Atemwege, der Bronchien, des Herzens, des Verdauungstraktes, der männlichen und weiblichen Sexualorgane, Nieren-, Blasen- und Prostatabeschwerden sowie lokal bei Schmerzzuständen, Verbrennungen, Wunden und bei Fieber.

Bauchmassage

Durch eine Bauchmassage soll in erster Linie die Peristaltik des Dickdarms angeregt werden.

Technik: Die Bauchmassage und Unterleibsmassage ist eine Anwendung im Bereich des Ober- und Unterbauchbe-



Bauchmassage

reichs auf der Körpervorderseite. Dabei werden mit streichenden und kreisenden Bewegungen ätherische Öle oder ätherisches Öl enthaltende Flüssigkeiten mit der Handfläche abwechselnd über der Bauchdecke im Uhrzeigersinn in den Bauchbereich einmassiert. Der dabei ausgeübte Druck wird dem Schmerz angepasst und, ohne Schmerzen auszulösen, sanft massiert. Eine spezielle Massagetechnik ist dazu nicht notwendig.

Anwendungsbereiche: Beschwerden und Erkrankungen des Magens, des Dünn- und Dickdarms (vor allem bei Verstopfung), der Gallenblase und bei Menstruationsbeschwerden.

Slipelinlage und Tampon

Der Einsatz der Slipelinlage und des Tampons liegt ausschließlich bei Frauen und jungen Mädchen.

Technik: Die Slipelinlage oder der Tampon werden mit einigen Tropfen reinen ätherischen Öls betropft, die Slipelinlage wird dann in den Schlüpfer eingeklebt, der Tampon in die Scheide eingeführt.

Anwendungsbereiche: Bei Beschwerden und Erkrankungen im Zusammenhang mit einem gestörten Hormonhaushalt und einer Menstruationsstörung, einschließlich aller klimakterischen Beschwerden.

Innerliche Anwendung

Die innerliche Einnahme ätherischer Öle geschieht selten als reines ätherisches Öl. Der Erfahrung der letzten 20 Jahre zufolge können fast alle reinen ätherischen Öle innerlich eingenommen werden, wenn die Dosis nicht über 2 Tropfen liegt.

Technik: Am besten nimmt man ätherische Öle in einem zusammengekrümelten Stück Brot ein. Da das kleine Stück

leicht herunterzuschlucken ist, kommt der Geschmack des Öls kaum mit der Zunge in Berührung.

Die Tagesdosis von 6 Tropfen ätherisches Öl, verteilt auf 3-mal, sollte dabei im Normalfall nicht überschritten werden. Ausnahme davon ist die kurzfristige Einnahme von Nelkenöl zur Wurmbehandlung, von Fenchelöl bei grippalen Infekten und Ingweröl zur Steigerung der Immunabwehr oder bei Verdauungsstörungen.

Fenchelöl ist das einzige ätherische Öl, das, je nach Verträglichkeit auch höher dosiert, innerlich eingenommen werden kann.

Jeden 6. und 7. Tag sollte eine Behandlungspause eingehalten werden. Diese Pausen sind nicht notwendig, wenn mit ätherischen Ölen aromatisierte Tees verwendet werden.

Anwendungsbereiche: Beschwerden und Erkrankungen des Verdauungstraktes sowie allgemein systemische Erkrankungen des Kreislaufs, der Immunbeeinflussung, der Nerven, der Hormonwirkung und der psychischen Beeinflussung.

Inhalation

Die Inhalation ist eine schonende Anwendungsmöglichkeit der Aromatherapie und auch für Kinder geeignet. Bei der Atmung muss besonderer Wert auf die Ausatmung gelegt werden. Eine oberflächliche Atmung ist in ihrer Wirkung beeinträchtigt. Es gibt verschiedene Möglichkeiten zum Inhalieren, wobei prinzipiell eine trockene und feuchte Inhalation zu unterscheiden sind.

Technik der trockenen Inhalation: Einige Tropfen des entsprechenden ätherischen Öls werden auf ein Papier- oder Stofftaschentuch aufgetropft. Das betropfte Taschentuch wird anschließend vor die Nase gehalten, um daran wiederholt tief einzuatmen. Ebenso können einige Tropfen auf oder neben das Kopfkissen oder auf die Brustseite des Hemdes getropft



Inhalation

Die 17 wichtigsten ätherische Öle

Ich bevorzuge den Einsatz der reinen Öle, die tropfenweise eingesetzt werden. Als Faustregel gilt: 2- bis 3-mal täglich anwenden, im Akutfall öfters, wenn es vertragen wird, aber kein Öl in einer höheren Dosis, außer Fenchelöl in Einzelfällen.

Keine ätherischen Öle bei Kindern unter 6 Jahren verwenden ohne Rücksprache mit einem Arzt oder Heilpraktiker, außer **Fenchelöl** und **Lavandinöl** zur äußerlichen Anwendung.

Anisöl

Wichtiges Öl gegen Ängste



Durch Wasserdampfdestillation der reifen, getrockneten Früchte von *Pimpinella anisum* gewonnen.

Wirkungen: angstlösend, auswurfördernd, blähungsmindernd, durchblutungsfördernd, gallenflussanregend, krampflösend, milchbildend, schleimlösend und verdauungsfördernd.

Nebenwirkungen: Das Öl sollte wegen seiner lokal hautreizenden Wirkung nicht unverdünnt eingenommen werden. Es kann allergische Hautreaktionen hervorrufen und in hoher Dosis zu Benommenheit und Magenreizung führen.

Verwendungen:

3–4 Tropfen zum Einreiben lokal bei Hautparasiten, besonders bei Flöhen, Läusen und Krätzmilben.

1–2 Tropfen zum Einreiben in den Bauch bei Blähungen und Darmkoliken von Kleinkindern.

1–2 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei Milchmangel der Wöchnerinnen, eine Stunde vor dem Stillen sowie bei Asthma, Atemnot, chronischen Bronchialkrämpfen, Husten, Herzkrämpfen und Herzsensationen.

3–8 Tropfen als Badezusatz zu Sitz- oder Teilbädern bei rheumatischen Schmerzen.

2–3 Tropfen zum Auftropfen auf die Slipenlagen bei Menstruationsbeschwerden.

1–2 Tropfen zum Gurgeln bei Zahnfleischentzündung.

1–2 Tropfen innerlich auf etwas Brot oder in Honig gegen Angstzustände.

Eukalyptusöl

Wichtiges Öl bei Bronchialerkrankungen



Durch Wasserdampfdestillation aus Blättern und jungen Zweigen verschiedener Eukalyptusarten, meist *Eucalyptus globulus* gewonnen.

Wirkungen: antriebssteigernd, auswurfördernd, blutungsstillend, blutzuckersenkend, fiebersenkend, harntreibend, hautreizend, hustenreizstillend, keimtötend, krampflösend, pilzhemmend, schleimlösend, schmerzlindernd und wurmabtreibend.

Nebenwirkungen: Das Öl kann allergieauslösend sein und Hautquaddeln hervorrufen. Bei empfindlichen Personen können auch bei normaler Dosis Durchfall, Erbrechen und Übelkeit auftreten und in höheren Dosen auch zu Krämpfen und Lähmungen führen.

Verwendungen:

2–3 Tropfen zum Einreiben in die Haut bei Eiterabszessen, Fieber, Hautausschlägen, Masern, Parasitenbefall, schlecht heilenden Wunden.

2–3 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei Asthma, chronischer Bronchitis, Emphysem, Husten und Keuchhusten.

2 Tropfen zum Einreiben in den Bauch bei Nierenentzündung und Gallensteinschmerzen.

2–3 Tropfen zur Einreibung in den Unterbauch bei spas-
tischen Blasenstörungen.

2–3 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei Fieber sowie
den Kindererkrankungen Masern, Röteln und Scharlach.

1–3 Tropfen zur Einreibung in die schmerzenden Muskeln
bei rheumatischen Muskel- und Gelenkschmerzen.

2 Tropfen zum Gurgeln, bei Diphtherie, Mandel- und Ra-
chenentzündung sowie Zahnwurzelvereiterungen.

2 Tropfen zum Einnehmen bei schweren Verdauungs-
störungen wie Cholera, Darmparasiten, Durchfällen.

2–3 Tropfen zum Inhalieren bei Erkältungskrankheiten,
Grippe und Nebenhöhlenentzündung.

2–4 Tropfen zum Vernebeln im Raum bei Erschöpfung und
Konzentrationsschwäche sowie als Konzentrationsöl.

Fenchelöl

Wichtigstes Öl bei Kindererkrankungen



Durch Wasserdampfdestillation aus den Früchten von *Foeni-
culum vulgare dulce* gewonnen.

Wirkungen: appetitanregend, auswurfördernd, blähungs-
treibend, harntreibend, krampflösend, läusevernichtend,
menstruationsfördernd, milchbildend, östrogenartig, schleim-
lösend, verdauungsfördernd und wurmabtreibend.

Nebenwirkungen: Das Öl kann in hohen Dosen Krämpfe
und bei Epileptikern einen Anfall auslösen. Es ist in der
Schwangerschaft nur sehr niedrig dosiert einzunehmen.

Verwendungen:

2–3 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei Bronchitis und
Erkältungskrankheiten, vor allem bei Kindern.

2–4 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei Brustdrüsen-
entzündung sowie bei Milchmangel bei jungen Müttern; bei
Blähungskoliken von Säuglingen sowie Nervosität und Unru-
he bei Kleinkindern.

2–4 Tropfen zum Einreiben in den Unterleib bei Harn- und
Nierensteinen.

2–3 Tropfen zum Einreiben in den Bauch bei Darmpara-
siten, Darmverstopfung, Dickdarmentzündung, Übelkeit
und Verdauungsstörungen.

3 Tropfen zum Auftropfen auf die Slipeinlage bei Ausblei-
ben der Monatsblutung, schmerzhafter Monatsblutung und
Wechseljahrsbeschwerden.

2–6 Tropfen zum Einnehmen bei Halsentzündung und
Husten; kann auch bei asthmatischen Zuständen eingesetzt
werden.

Ingweröl

Wichtigstes Öl zur Immunstärkung



Durch Wasserdampfdestillation aus dem getrockneten Wur-
zelstock von *Zingiber officinale* gewonnen.

Wirkungen: appetitanregend, durchwärmend, fiebersen-
kend, keimtötend, magenstärkend, schmerzlindernd und
verdauungsfördernd.

Verwendungen:

1–3 Tropfen zum Einreiben in die Beine bei Durchblu-
tungsstörungen und in die Brust bei Fieber.

1 Tropfen zum Gurgeln bei Mandelentzündung und Zahn-
schmerzen.

1–2 Tropfen zum Einnehmen bei Appetitlosigkeit, Durch-
fällen, Verdauungsstörungen und bei Reisekrankheiten.

2–4 Tropfen zum Einnehmen zur Wurmabtreibung auf
Askariden.

1–2 Tropfen zur Anregung der Leber, zur Bildung von Gal-
lenflüssigkeit und deren verstärkter Abgabe.

1–2 Tropfen zum Inhalieren bei Bronchitis, Grippe und
Lungenentzündung.

Lavandinöl

Wichtiges Öl zum Hautschutz

Durch Wasserdampfdestillation der ganzen blühenden Pflanze
von *Lavendula officinalis* oder *vera* gewonnen.



Wirkungen: beruhigend, blutdrucksenkend, entzündungshemmend, erfrischend, geruchsbekämpfend, harntreibend, keimtötend, menstruationsfördernd, schmerzlindernd, wundheilend und zusammenziehend.

Verwendungen:

2–3 Tropfen zum Einreiben lokal in die Haut bei Abszessen, Akne, Brandwunden, Hautentzündung, Furunkeln, Schuppenflechte, Insektenstichen: besonders Läuse. Bei Verbrennungen, Verrenkung, Verstauchungen, Wunden, auch brandige Wunden und Zerrungen.

2 Tropfen zum Einreiben bei Durchblutungsstörungen, Fieber und Sonnenstich.

1–2 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei Asthma, akuter Bronchitis und Keuchhusten.

2–3 Tropfen zum Auftropfen auf die Slipeinlage bei Ausfluss, Menstruationsbeschwerden und dem Aussetzen der Regelblutung.

1–2 Tropfen zum Einnehmen bei erhöhtem Bluthochdruck.

1–2 Tropfen zum Gurgeln oder als Mandelspülung bei Diphtherie, Kehlkopfentzündung und Mandelentzündung.

1–2 Tropfen zum Vernebeln im Raum bei nervösen Spannungen, Unruhezuständen und Schlafstörungen.

Indisches Melissenöl

Wichtiges Öl zur Beruhigung

Durch Wasserdampfdestillation aus der frisch blühenden Pflanze von *Melissa officinalis* oder auch durch Extraktion mit nachfolgender Wasserdampfdestillation gewonnen.

Wirkungen: beruhigend, blutdrucksenkend, entspannend, erfrischend, fiebersenkend, gallensekretionsfördernd, hautreizend, krampflösend, menstruationsfördernd, pulszahlensenkend und schlaffördernd.

Verwendungen:

1–2 Tropfen zum Einreiben lokal in die Haut bei Hautentzündungen, Herpes und Insektenstichen.



1–2 Tropfen zum Einreiben bei Fieber, Schwindelgefühl, nervösen Spannungen und Wetterfühligkeit.

1–2 Tropfen zum Einreiben bei Migräne und nervös bedingten Kopfschmerzen.

1–2 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei Bronchitis und gripalen Infekten.

1–2 Tropfen zum Auftropfen auf die Slipeinlage bei Menstruationsbeschwerden.

1–2 Tropfen zum Einnehmen für langsames Senken von hohem Bluthochdruck.

1–2 Tropfen zum Vernebeln im Raum bei Schlafstörungen.

Muskatellersalbeiöl

Wichtigstes Öl gegen Depression und hormonelle Schwankungen



Durch Wasserdampfdestillation der frischen, blühenden Pflanze *Salvia sclarea* gewonnen.

Wirkungen: anregend, auswurfördernd, depressionslösend, entzündungshemmend, euphorisierend, krampflösend, menstruationsfördernd, nervenberuhigend, sexuell anregend und uteruswirksam.

Nebenwirkungen: Das Öl kann euphorisch wirken und darf deshalb nicht vor Autofahrten verwendet werden.

Verwendungen:

1–2 Tropfen zum Einreiben lokal auf die Haut bei Furunkeln, Hautgeschwüren und Insektenstichen.

1–2 Tropfen zur innerlichen Einnahme bei jugendlicher Akne.

1–2 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei Asthma, Bronchitis und Keuchhusten.

1–3 Tropfen zur Einreibung in die Umgebung gestörter Nerven, bei Neuropathien.

1–2 Tropfen zum Auftropfen auf die Slipeinlage bei Ausfluss und Monatsblutungsbeschwerden.

1–2 Tropfen zum Gurgeln bei Hals- und Mandelentzündung.

1–2 Tropfen zum Einnehmen bei depressiven Zuständen und zur Regulierung hormonell bedingter Störungen.

1–2 Tropfen zur Einnahme bei Migräne.

Myrtenöl

Wichtigstes Öl für das Zahnfleisch



Durch Wasserdampfdestillation aus den Blüten und Zweigspitzen von *Myrtus communis* gewonnen.

Wirkungen: antirheumatisch, entzündungshemmend, hustenreizlindernd, schmerzlindernd und zusammenziehend.

Verwendungen:

2–3 Tropfen zum Einreiben in die Brust bei chronischer Bronchitis und Keuchhusten.

2–3 Tropfen zum Auftropfen auf den Tampon und in die Scheide einführen bei Ausfluss und Blasenentzündung.

2 Tropfen zum Gurgeln bei Parodontose, Zahnfleischentzündung und Zahnschmerzen.

Nelkenöl

Wichtigstes Öl gegen periphere Schmerzen



Durch Wasserdampfdestillation der getrockneten Blütenknospen von *Eugenia caryophyllata* gewonnen.

Wirkungen: betäubend, hautreizend, keimtötend, krampflösend, parasitenbekämpfend, pilztötend, schmerzlindernd, verdauungsfördernd, wärmend und wurmabtreibend.

Verwendungen:

2 Tropfen zum Einreiben in die Haut bei Beingeschwüren und Krätze sowie entlang der Lymphbahnen bei Entzündungen der Lymphe.

1–3 Tropfen zum Einreiben in die Haut lokal im Schmerzbereich bei Schmerzzuständen von Nerven, Gelenken, Sehnen und Bändern.

2–3 Tropfen zum Auftragen auf das betroffene Hautgebiet über dem Schmerzbereich.

1 Tropfen zum Auftropfen auf einen schmerzhaften Zahn, um Zahnschmerzen zu lindern.

2–5 Tropfen zum Einnehmen bei Darmparasiten, vor allem Bandwürmer.

1 Tropfen zum Vernebeln im Raum bei Gedächtnisschwäche.

Pfefferminzöl

Wichtiges Öl bei Kopfschmerzen

Durch Wasserdampfdestillation aus dem frischen blühenden Kraut von *Mentha piperita* gewonnen.

Wirkungen: entzündungshemmend, erfrischend, fiebersenkend, Erhöhung der Gallensäuremenge, galletreibend, gefäßverengend, menstruationsfördernd, muskelentkrampfend, schmerzlindernd und zusammenziehend.

Nebenwirkungen: In hohen Dosen sind Erbrechen mit Leibschmerzen und Herzrasen mit Angstgefühl möglich. Überdosis führt zum Koma mit fehlenden Reflexen ohne Muskelsteifheit. In Konzentrationen über 1 Prozent reizt es die Haut. Nicht anwenden bei Verschluss der Gallenwege und Gallenblasenvereiterung.

Krankheits-/Symptomverzeichnis

- Abscessus 38
Abszess 38, 153
Acne vulgaris 84
Adenitis 101
Adipositas 139, 181
ADS 43
Agrypnie 128
Akne 85, 155
Allergien 39, 88, 165
Alopezia 81
Albträume 39, 165, 176
Ametropie 69
Anämie 49
Angina pectoris 87
Angina tonsillitis 103
Ängste 34, 39, 153
Angustzustände 57, 153, 166
Anorexie 40
Aphasie 136
Aphonie 136
Aphten 109
Apoplexie cerebri 128
Appetitlosigkeit 39, 155, 159
Arterielle Verschlusskrankheit 126
Arterienverkalkung 41
Arteriosklerose 41
Arthritis 75
Arthritis urtica 77
Arthrose 41, 161
Arthrosis deformans 41
Asthma 42, 155, 162
Asthma bronchiale 42
Atemwegserkrankungen 34, 162
Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom 43
Augenbindehautentzündung 43, 179
Augenermüdung 44, 162
Augenzittern 44
Ausfluss 45, 155, 158
- Bandscheibensyndrom 45, 170
Bandscheibenvorfall 45, 162
Bandwurmbefall 46, 146, 156
Bauchschmerzen 47
Bettnässen 47, 165
Blähungen 48, 153
Blasenbeschwerden 48, 164, 168
Blasenentzündung 48, 156
Blutarmut 49
- Blutcholesterinerhöhung 50, 162, 174
Bluterguss 50, 161
Bluthochdruck 34, 51
Blutniederdruck 51, 157, 165
Blutungen 50, 52
Borrelia 52, 91
Borreliose-Erkrankung 52
Brand 53, 155
Brandblasen 174
Brandwunden 141, 155
Bronchiektasen 100
Bronchialkatharr 34, 53, 153
Bronchitis 53, 153, 154
Brustdrüsenentzündung 54, 154
Bulimie 67, 179
Burn-out-Syndrom 55
- Cataract 78
Cellulitis 118
Cephalgie 95
Cholangitis 71
Cholecystitis 71
Cholelithiasis 72
Cholesterinerhöhung 50, 162, 166
Chronische Polyarthritis 123
Chronisches Müdigkeitssyndrom 55
Cicatrix 113
Colica biliaris 72
Colitis mucosa 122
Colitis ulcerosa 57
Colon irritabile 122
Combustico 141
Congelatio 65
Conjunctivitis 43
Contusio 65
Crampus 141
Crohnsche-Krankheit 55
Crusta lactae 106
Cystitis 48 156
- Darmbeschwerden 56, 142, 53
Dekubitus 146
Dentalgie 148
Dentition 146
Depression 57, 155, 172
Dermatitis solaris 135
Desquamatio 130
- Diabetes mellitus 148, 176
Diarrhöe 59
Dickdarmentzündung 57, 154
Diphtherie 155
Distorsion 142
Dolor 129
Dolor abdominalis 47
Dünndarmentzündung 58
Durchblutungsstörungen 59, 154, 165
Durchfall 59, 154, 172
Dysmenorrhö 104
Dyspepsie 142
- Eczema 61
Eierstockentzündung 60
Eileiterentzündung 60
Eisenmangel 61
Ekzeme 61, 106
Elektrosensibilität 63
Emesis 65
Emphysem 153
Encephalomyelitis 108
Entbindung 73
Enteritiden 58
Entwicklungsstörung 63
Entzündungen 64
Enuresis nocturna 47
Epilepsie 68, 177
Epistaxis 113
Erbrechen 65, 122, 158
Erfrierungen 65
Erkältungskrankheiten 66
Erschöpfung 67, 161
Erschöpfungszustände 55, 107, 161
Essstörung 67, 172
- Fallsucht 68
Febris 69
Fehlsichtigkeit 69
Fibromyalgie 110
Fieber 69, 154, 175
Flatulenz 48
Flugangst 123
Fluor vaginalis 45
Fraktur 93
Frigidität 74
Furunculose 70

Furunkel 70, 155
 Gallenbeschwerden 70
 Gallenblasenentzündung 71, 156
 Gallensteine 72, 153
 Gangrän 53
 Gastritis 102,
 Geburt 73
 Gedächtnisschwäche 74
 Gefühlskälte 74
 Gehirndurchblutung 74
 Gelenkentzündung 75, 167
 Gesichtsschmerzen 76
 Gewebewassersucht 76
 Gewichtsregulierung 77, 139, 181
 Gicht 77
 Gingivitis 147
 Glaucoma simplex 80
 Gliederschmerzen 78, 175
 Glomerulonephritis 116
 Grauer Star 78
 Grippaler Infekt 79
 Grippe 66, 79
 Gruner Star 80
 Gürtelrose 80, 159

 Haarausfall 81
 Halbseitenkopfschmerz 81, 156, 159
 Halsentzündung 82, 154, 163
 Halsschmerzen 83, 159, 170
 Hämatom 50
 Hämorrhagie 52
 Hämorrhoiden 83,
 Harnröhrentzündung 84, 155
 Hautausschlag 84, 153, 161
 Hauterkrankungen 34, 162
 Hautjucken 85
 Heiserkeit 86, 164, 170
 Heliosis 135
 Hepatopathien 156
 Herpes labialis 99
 Herpes zoster 80
 Herzbeschwerden 86, 164, 168
 Herzenge 87, 168
 Heuschnupfen 88, 162
 Hexenschuss 88, 156, 174
 Hormonstörungen 156
 Hörsturz 89
 Husten 90, 153, 157
 Hypakusis 132
 Hypercholesterinämie 50
 Hypermenorrhö 165
 Hyperthyreose 126
 Hypertonie 51
 Hypomenorrhö 156
 Hypothyreose 127
 Hypotonie 51

 Immunschwäche 90, 97
 Immunstärkung 97, 154
 Impffolgen 91
 Impotenz 120, 178
 Inappetens 40
 Infertilität 140
 Inflammatio 64
 Influenza epidemica 78
 Insektenbisse 91, 155
 Insektenstiche 91, 155
 Insomnie 128
 Ischialgie 92
 Ischias 92, 170

 Juckreiz 62, 85, 159

 Karzinome 96
 Katarakt 78
 Keuchhusten 92, 153
 Kinderwunsch 155
 Kinetose 122
 Klimakterium 144, 156, 170
 Knochenbruch 93, 161
 Knochenerweichung 93
 Knochenriss 93
 Kontusion 120
 Konzentrationsstörungen 94
 Kopfschmerzen 26, 94, 178
 Krampfadern 96, 159, 172
 Krämpfe 26, 47, 175
 Krebs/Tumorerkrankungen 96
 Kreislaufstörung 97
 Kummer 87, 98, 163

 Laryngitis 121
 Lebererkrankungen 33, 98
 Lernschwierigkeiten 94
 Lippenbläschen 99, 155, 159
 Luftröhrenerweiterung 100
 Lumbago 88
 Lungenentzündung 100, 154
 LWS-Syndrom 125
 Lymphangitis 101
 Lymphdrüsenentzündung 101
 Magenbeschwerden 101, 166
 Magen-Darm-Geschwür 102
 Magengeschwür 102
 Magenschleimhautentzündung 102
 Mandelentzündung 103, 154
 Masern 104, 153, 154
 Mastitis 54, 154
 Menorrhagie 105, 156
 Menstruationsstörungen 104, 151
 Meteorismus 48
 Metrorrhagie 155, 156
 Migräne 81, 155
 Milchbildungsstörung 105, 153, 154
 Milchschorf 106
 Mineral-Defizit-Syndrom 106
 Mineralstoffmangel 81, 106, 180
 Mittelohrentzündung 107
 Morbili 104
 Morbus Crohn 55
 Morbus Parkinson 131
 Müdigkeit und Schwäche 107, 111,
 168
 Multiple Sklerose 108, 177, 178
 Mumps 109
 Mundausschlag 109
 Mundschleimhautentzündung 110
 Muskelatrophie 157
 Muskelschmerzen 110, 157, 159
 Muskelschwäche 111, 181
 Myasthenia gravis 111
 Mykosen 119

 Nagelfalzentzündung 111
 Nahrungsmittelunverträglichkeit 56,
 60, 112
 Narbennachbehandlung 113
 Nasenbluten 113
 Nasennebenhöhlenentzündung 114,
 154, 157
 Nausea 122
 Nebenhöhlenentzündung 114
 Nephrolithiasis 117
 Nervenentzündung 114
 Nervenerkrankungen 114
 Nervenschmerzen 114, 156, 159
 Nervosität 115, 177, 180
 Nesselsucht 116
 Neuralgien 114
 Neuritis 114
 Neurodermitis 62, 165
 Nierenbeckenentzündung 116

Nierensteine 117, 154, 162
 Nystagmus 44

 Obstipation 137
 Ödem 76
 Offene Beine 140
 Ohrgeräusche 117
 Oligomenorrhö 156
 Oophoritis 60
 Operation 118
 Orangenhaut 118, 119
 Orthostatische Dysregulation 96
 Osteoporose 93, 161, 170
 Otitis media 107
 Oxyuren 146

 Panaritium 111
 Parkinson 131, 177
 Parotitis epidemica 108
 Pavor nocturnus 39
 Pertussis 92
 Pharyngitis 82, 121
 Phobien 39
 Pilzbefall 119, 156, 167
 Pneumonie 100
 Polyarthritis 123
 Polymenorrhö 104
 Polyneuropathie 114
 Potenzstörungen 120, 140
 Prellungen 120, 173
 Prolaps-Syndrom 159
 Prostatahypertrophie 121
 Prostatavergrößerung 121
 Pruritis 85
 Psoriasis 130
 Pulposus-Syndrom 159
 Pyrosis 134

 Rachen-Kehlkopf-Entzündung 121
 Raucedo 86
 Rausitas 86
 Refluxösophagitis 134
 Regeneration 122, 124, 138
 Reise-/Seekrankheit 122, 154
 Reizdarm 123

 Rekonvaleszenz 122
 Rheuma 123, 153, 158
 Rhinitis allergica 88
 Röteln 124, 154
 Rubeola 124
 Rückenschmerzen 125, 169

 Salpingitis 60
 Scarlatina 125
 Scharlach 125, 154
 Schaufensterkrankheit 126
 Schilddrüsenüberfunktion 126, 178
 Schilddrüsenunterfunktion 127, 166, 170
 Schlafstörungen 26, 128, 177
 Schlaganfall 128, 137, 166
 Schmerzsyndrom 129, 157
 Schmerzzustände 34, 35, 151
 Schnittwunden 73, 130, 172
 Schuppenflechte 130
 Schuppung 131, 161, 170
 Schürfwunde 130
 Schüttellähmung 131
 Schwangerschaftsbeschwerden 132, 172
 Schwerhörigkeit 89, 107, 133
 Schwermetallentgiftung 33, 161, 180
 Schwindel 98, 133, 179
 Sehnenscheidenentzündung 134, 164, 169
 Sinusitis 114
 Sodbrennen 102, 106, 134
 Sonnenbrand 135, 163, 176
 Sonnenstich 135, 155, 173
 Sorgen 98, 128,
 Spasmen 109, 110, 127
 Sprachstörungen 136
 Sterilität 140
 Stimmverlust 86, 136
 Stomatitis simplex 110
 Stuhlverstopfung 48, 123, 137

 Taeniasis 46
 Taubheit 66, 115, 133
 Taubheitsgefühl 115, 137, 138

 Tendovaginitis 134
 Tennisellenbogen 134
 Tinnitus 117, 164
 Tonsillitis 82
 Trauer 57, 138, 166
 Träume 39, 138, 161
 Trigemineuralgie 76
 Tussis 90

 Übergewicht 77, 139, 181
 Ulcus cruris 140
 Ulcus pepticum 102
 Ulcus ventriculi 102
 Unfruchtbarkeit 140, 170
 Unterschenkelgeschwür 140
 Unruhezustände 39, 155
 Urethritis 84

 Varikosis 96
 Varizellen 145
 Varizen 96
 Verbrennungen 141, 172, 174
 Verdauungsstörungen 34, 141, 154
 Vergesslichkeit 74, 94
 Verstauchungen 142, 155
 Vertigo 133
 Veruca 141
 Vomitus 65

 Wadenkrämpfe 141, 143, 167
 Warzen 143, 157, 172
 Wechseljahresbeschwerden 144, 165, 175
 Wetterfühligkeit 144, 159, 161
 Windpocken 145
 Wundbrand 53, 155
 Wundliegen 146
 Wurmbefall 46, 146, 154

 Zahnfleischentzündung 147, 153, 167
 Zahnschmerzen 148, 154, 157
 Zahnung 147, 163
 Zerrungen 142, 155, 161
 Zuckerkrankheit 110, 148, 177

Steinkreis – Mineralien und Gesundheit

Fachgeschäft, Versandhandel und Seminarzentrum

Walter von Holst

Kornbergstraße 32

D-70178 Stuttgart

Telefon: 0711-2271203

E-Mail: steine@steinkreis.de

www.steinkreis.de

Über die Autoren



Werner Kühni

1949 in Heidelberg geboren, Heilpraktiker und Psychotherapeut, Dozent an einer Heilpraktikerschule. Verkauf von und Beratung über hochwertige ätherische Öle sowie ausgesuchte Mineralien und Heilsteine, Heilsteinberatung und mineralogische Bestimmung. Buchautor und Ausstellungsmacher, Vortrags- und Kurstätigkeit in klinischer Aromatherapie, Steinheilkunde und über kolloidales Silber.



Walter von Holst

1969 in Stuttgart geboren, künstlerische Ausbildungen, erforscht und praktiziert Steinheilkunde seit 1989. Mitbegründer und ehemaliger Vorstand der Steinheilkunde e.V. Stuttgart, Initiator u.a. des »Forschungsprojekts Steinheilkunde e.V.«. Dozent an Heilpraktikerschulen über Edelstein-Massagen und Klangtherapie.

Bildnachweis

Werner Kühni, lavandinum@gmx, Seite 17 links, 34

Ulrich Metz, www.joya.eu, Seite 22 links unten

Alle übrigen Fotos Nils Hoffman,

www.nils-hoffmann-design.de,

und Walter von Holst, www.steinkreis.de