

BEGLEITMATERIAL ZUM BUCH VON
PETER EMMRICH UND BENJAMIN HARTLIEB

DAS S.E.H.E.N. PRINZIP

Heilpflanzen für Magen- und Darmge-
sundheit & Pflanzensäfte bei nervlicher
Belastung

MOMEDICA

Andorn



Besonderheiten

Bronchitis, chronische Schleimhautreizung im Bronchialbereich

APPETITLOSIGKEIT	++
VÖLLEGEFÜHL	++
AUFSTOSSEN	–
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	–
NERVÖSER MAGEN	++
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	+
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	–
BLÄHUNGEN	++
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	–
VERSTOPFUNG	–
DURCHFALL	–

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	++
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	++

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	+
---	---

Artischocke



Besonderheiten

Erhöhte Blutzuckerwerte, senkt Cholesterin

APPETITLOSIGKEIT	+
VÖLLEGEFÜHL	++
AUFSTOSSEN	++
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	+
NERVÖSER MAGEN	–
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	–
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	–
BLÄHUNGEN	–
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	++
VERSTOPFUNG	+
DURCHFALL	–

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	+
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	+

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	+
---	---

Curcuma



Besonderheiten

Schmerzstillend, entzündungshemmend

APPETITLOSIGKEIT	–
VÖLLEGEFÜHL	–
AUFSTOSSEN	–
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	–
NERVÖSER MAGEN	+
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	+
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	+
BLÄHUNGEN	–
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	–
VERSTOPFUNG	–
DURCHFALL	–

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	+++
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	+++

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	+
---	---

Ingwer



Besonderheiten

Durchwärmende Eigenschaft

APPETITLOSIGKEIT	+
VÖLLEGEFÜHL	+
AUFSTOSSEN	+
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	+++
NERVÖSER MAGEN	+
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	+
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	+
BLÄHUNGEN	+
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	–
VERSTOPFUNG	–
DURCHFALL	+

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	+
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	+

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	+
---	---

Kartoffel



Besonderheiten

Natürlicher Säurehemmer, »Basen-Booster«

APPETITLOSIGKEIT	–
VÖLLEGEFÜHL	–
AUFSTOSSEN	–
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	–
NERVÖSER MAGEN	+++
SODBRENNEN	+++
GASTRITIS	+++
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	–
BLÄHUNGEN	–
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	–
VERSTOPFUNG	–
DURCHFALL	–

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	–
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	–

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	–
---	---

Löwenzahn



Besonderheiten

Senkt Harnsäure

APPETITLOSIGKEIT	++
VÖLLEGEFÜHL	++
AUFSTOSSEN	+
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	–
NERVÖSER MAGEN	–
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	–
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	+
BLÄHUNGEN	++
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	+
VERSTOPFUNG	+
DURCHFALL	–

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	+
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	+

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	+
---	---

Manna & Feige



Besonderheiten

Bei Hämorrhoiden und Analfissur

APPETITLOSIGKEIT	–
VÖLLEGEFÜHL	–
AUFSTOSSEN	–
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	–
NERVÖSER MAGEN	–
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	–
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	–
BLÄHUNGEN	–
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	–
VERSTOPFUNG	+++
DURCHFALL	–

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	–
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	–

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	–
---	---

Melisse



Besonderheiten

Löst muskuläre Spannungen

APPETITLOSIGKEIT	–
VÖLLEGEFÜHL	+
AUFSTOSSEN	–
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	–
NERVÖSER MAGEN	++
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	–
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	+++
BLÄHUNGEN	+
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	–
VERSTOPFUNG	–
DURCHFALL	–

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	+
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	+

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	–
---	---

Schafgarbe



Besonderheiten

Bei Hämorrhoiden,
bei Krampfadern

APPETITLOSIGKEIT	+++
VÖLLEGEFÜHL	++
AUFSTOSSEN	+
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	+
NERVÖSER MAGEN	++
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	+
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	+++
BLÄHUNGEN	+
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	–
VERSTOPFUNG	–
DURCHFALL	+

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	+
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	++

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	+
---	---

Schwarzrettich



Besonderheiten

Sehr basisch,
antibakteriell

APPETITLOSIGKEIT	+
VÖLLEGEFÜHL	+
AUFSTOSSEN	+
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	–
NERVÖSER MAGEN	+
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	+
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	–
BLÄHUNGEN	+
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	–
VERSTOPFUNG	–
DURCHFALL	+

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	+
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	+

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	–
---	---

Wermut



Besonderheiten

Entzündungshemmend

APPETITLOSIGKEIT	++
VÖLLEGEFÜHL	+
AUFSTOSSEN	++
ÜBELKEIT, ERBRECHEN	–
NERVÖSER MAGEN	–
SODBRENNEN	–
GASTRITIS	+
MAGEN/DARMKRÄMPFE, VERKRAMPFUNG	++
BLÄHUNGEN	–
FETTUNVERTRÄGLICHKEIT	+
VERSTOPFUNG	–
DURCHFALL	–

Darm-Entzündung

CHRONISCHE ENTZÜNDLICHE DARMERKRANKUNG (CED)	–
ENTZÜNDUNGEN DER DARMSCHLEIMHAUT	–

Nahrungsmittel- Allergien und Unverträglichkeiten

LACTOSE (MILCHZUCKER), FRUKTOSE (FRUCHTZUCKER) HISTAMIN, GLUTEN	+
---	---

Baldrian



Besonderheiten

Stärkung der Leistungsbereitschaft und Konzentrationsfähigkeit

ABGESPANNT	–
EINSCHLAFSTÖRUNGEN	+++
NERVÖSE ERSCHÖPFUNGSZUSTÄNDE	+
ÜBERERREGBARKEIT	++
NERVENSCHWÄCHE	+
NERVÖSE WECHSELJAHRESBESCHWERDEN	+
NERVÖSE HERZBESCHWERDEN	+
ANGSTZUSTÄNDE	+
SCHLAFSTÖRUNGEN	+++
ERSCHÖPFUNG	–

Anwendung

- Einschlafstörungen, nervös bedingt
- Nervosität
- Übererregbarkeit

Wirkungsweise

- Nervenberuhigend
- Fördert die Schlafbereitschaft
- Verbessert die Schlafqualität

Passionsblume



Besonderheiten

Senkt auch die Herzfrequenz und mindert erhöhten Blutdruck

ABGESPANNT	–
EINSCHLAFSTÖRUNGEN	+++
NERVÖSE ERSCHÖPFUNGSZUSTÄNDE	++
ÜBERERREGBARKEIT	++
NERVENSCHWÄCHE	+
NERVÖSE WECHSELJAHRESBESCHWERDEN	++
NERVÖSE HERZBESCHWERDEN	++
ANGSTZUSTÄNDE	++
SCHLAFSTÖRUNGEN	++
ERSCHÖPFUNG	–

Anwendung

- Bessert das Befinden bei nervlicher Belastung
- Unterstützt den Schlaf

Wirkungsweise

- Entspannend
- Ausgleichend
- Nervenstärkend

Johanniskraut



Besonderheiten

Stimmungsaufheller,
auch bei Burnout-
Syndrom, entzündungs-
hemmend

ABGESPANNT	+
EINSCHLAFSTÖRUNGEN	–
NERVÖSE ERSCHÖPFUNGS- ZUSTÄNDE	+++
ÜBERERREGBARKEIT	+
NERVENSCHWÄCHE	+
NERVÖSE WECHSELJAHRES- BESCHWERDEN	+++
NERVÖSE HERZ- BESCHWERDEN	–
ANGSTZUSTÄNDE	+
SCHLAFSTÖRUNGEN	–
ERSCHÖPFUNG	+

Anwendung

- Erschöpfungszustände nervöser Art
- Nervenschwäche
- Nervosität
- Übererregbarkeit
- Wechseljahresbeschwerden

Wirkungsweise

- Nerven aufbauend
- Beruhigend
- Aufmunternd

Melisse



Besonderheiten

Kopfschmerzen, auch
verdauungsfördernd

ABGESPANNT	+
EINSCHLAFSTÖRUNGEN	++
NERVÖSE ERSCHÖPFUNGS- ZUSTÄNDE	–
ÜBERERREGBARKEIT	+
NERVENSCHWÄCHE	–
NERVÖSE WECHSELJAHRES- BESCHWERDEN	+++
NERVÖSE HERZ- BESCHWERDEN	+++
ANGSTZUSTÄNDE	+
SCHLAFSTÖRUNGEN	+
ERSCHÖPFUNG	++

Anwendung

- Nervosität, Schlafstörungen
- Nervöse Herzbeschwerden und Magen-Darm-Störungen
- Angstzustände

Wirkungsweise

- Beruhigend
- Entkrampfend
- Schlaffördernd
- Verdauungsanregend

Hafer



Besonderheiten

Natürliches Kräftigungsmittel, schneller Energielieferant

ABGESPANNT	+
EINSCHLAFSTÖRUNGEN	–
NERVÖSE ERSCHÖPFUNGSZUSTÄNDE	++
ÜBERERREGBARKEIT	+
NERVENSCHWÄCHE	+
NERVÖSE WECHSELJAHRESBESCHWERDEN	–
NERVÖSE HERZBESCHWERDEN	–
ANGSTZUSTÄNDE	–
SCHLAFSTÖRUNGEN	–
ERSCHÖPFUNG	+

Anwendung

- Erschöpfungszustände nervöser Art
- Nervenschwäche
- Übererregbarkeit
- Zur Stärkung und Kräftigung

Wirkungsweise

- Verbessert das Allgemeinbefinden
- Stärkend, aufbauend, beruhigend

Kaktusfeige



Besonderheiten

Körperliche Leistungssteigerung, schnelle Energiezufuhr, steigert Widerstandskraft

ABGESPANNT	+++
EINSCHLAFSTÖRUNGEN	–
NERVÖSE ERSCHÖPFUNGSZUSTÄNDE	++
ÜBERERREGBARKEIT	–
NERVENSCHWÄCHE	+
NERVÖSE WECHSELJAHRESBESCHWERDEN	+
NERVÖSE HERZBESCHWERDEN	–
ANGSTZUSTÄNDE	–
SCHLAFSTÖRUNGEN	–
ERSCHÖPFUNG	+++

Anwendung

- Für Aufbau und Kräftigung
- Bessert den Allgemeinzustand in Erholungsphasen und bei erhöhter Belastung

Wirkungsweise

- Energiespender
- Enthält leicht aufnehmbare Zucker- und alle essenziellen Aminosäuren