

Mit Schwarzkümmelöl gegen Allergien und sonstige Beschwerden

"Schwarzkümmel heilt jede Krankheit, außer den Tod." schrieb der Prophet Mohammed in seiner Schrift "Hadith". Eigentlich seit langem bekannt, aber für viele anscheinend immer noch ein Geheimtipp, ist die erstaunliche Wirkung von ägyptischem Schwarzkümmel. Neben den herorragenden Ergebnissen bei Allergien zeigt sich vor allem Schwarzkümmelöl besonders wirksam bei unterschiedlichsten Problemen: Von Hautkrankheiten über Magen-Darm-Störungen, Heuschnupfen und Blasen- und Nierenkrankheiten bis hin zu Erkältungen.

Schwarzkümmelöl fördert das Immunsystem

Ist das Abwehrsystem geschwächt, sind im Körper nicht genügend Lymphozyten vorhanden, die ihn vor äußeren negativen Einflüssen wie Viren und Bakterien, Umweltgiften und Stress sowie Bewegungsmangel und starken physische Belastungen schützen können.

Die im Schwarzkümmel enthaltenen Linolsäure befähigt den Körper prostaglandine zu bilden. Insbesondere prostaglandine E1 steigert die Bildung von Lymphozyten und Phagozyten, den sogenannten Fresszellen. Wird Schwarzkümmelöl über einen längeren Zeitraum eingenommen, können so körperfremde Schadstoffe bekämpft und das Immunsystem zurück ins Gleichgewicht gebracht werden.

Schwarzkümmelöl hilft bei Allergien

Bei Allergikern ist dieses, für die Gesundheit maßgebliche innere Gleichgewicht, in aller Regel gestört. Zudem lassen die Wirkstoffe des Schwarzkümmels angeschwollene Schleimhäute abklingen und hemmen Botenstoffe, die für das Auftreten von Allergien verantwortlich sind. Thymochinon und Miggellon, zwei Inhaltstoffe des Schwarzkümmels, sorgen bei Erkrankungen der Bronchien und der Atemwege für eine rasche Linderung der Symptome. Sie wirken schleimlösend, ertweitern die Bronchien und entspannen die Muskeln. Besonders positive Erfolge erzielt das Schwarzkümmelöl bei Heuschnupfen und Pollenallergien, bei Asthma und Bronchitis sowie bei Neurodermits und vielerlei Hauterkrankungen.

Allergiker profitieren am besten vom positiven Effekt des Schwarzkümmelöls, wenn sie einige Wochen, besser noch Monate, vor der eigentlichen Pollenflugzeit mit der Einnahme von Schwarzkümmelöl beginnen und diese dann über den ganzen Sommer hinweg fortführen. Schon ein Teelöffel morgens und abends sind genug, um dem Körper mit einer ausreichenden Menge des heilsamen Öls zu versorgen. Als Alternative zum reinen Öl können auch Schwarzkümmelölkapseln eingenommen werden, für Vegetarier sind diese leider nicht geeignet.

Schwarzkümmelöl unterstützt die Haut

Selbst bei Hauterkrankungen zeigt sich die Behandlung mit Schwarzkümmelöl in vielen Fällen erfolgreich. Zu den Anwendungsgebieten gehören hier u.a. Schuppenflechte, Ekzemen und Akne. Gerade bei Neurodermitis kann mit Schwarzkümmel eine deutliche Verbesserung der Beschwerden erzielt werden. Verantwortlich für diesen Effekt sind die Stoffe im Schwarzkümmel, die das Immunsystem regulieren.

Zudem lindert der im Schwarzkümmel enthaltene Stoff Thymochinon Entzündungen und zudem unangenehmen Juckreiz. Der gleiche Mechanismus kann auch bei Ekzemen, Akne und Schuppenflechte seine positive Wirkung entfalten. Die Behandlung mit hochwertigem Schwarzkümmelöl ist gut mit anderen, naturheilkundlichen oder medizinischen Therapien kombinierbar.