

---

Subject: Hat es schonmal jemand mit Bärlauch probiert?

Posted by [Naya](#) on Mon, 09 Feb 2009 19:22:31 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo zusammen,

ich bin ja eine starke Verfechterin der Theorie, dass dem HA nur mit einer Symptombekämpfung beizukommen ist und nicht rein mit äusserlichen Mitteln wie Haarwässerchen-mit-was-auch-immer.

Hat es von euch schon einmal jemand mit Bärlauch probiert?

[http://kraeuterkunde.suite101.de/article.cfm/die\\_gesundheitlichen\\_vorteile\\_von\\_baerlauch](http://kraeuterkunde.suite101.de/article.cfm/die_gesundheitlichen_vorteile_von_baerlauch)

Ich finde, das hört sich ganz interessant an, oder?

Viele Grüsse

Naya

---

---

Subject: Re: Hat es schonmal jemand mit Bärlauch probiert?

Posted by [optima](#) on Wed, 11 Feb 2009 10:15:32 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich finde das ist interessant. Ein Versuch wäre es wert, aber gleichzeitig würde ich mir nun keine allzu grossen Hoffnungen machen...

Es kann schon gut möglich sein, dass es bei HA hilft:

"Cystein, Alkylsulfide, Alkylpolysulfide und Merkaptan sowie Magnesium, Mangan, Glutathion und das für den menschlichen Körper wichtige reichlich vorhandene Eisen, zurückführen. In den Blättern ist zusätzlich Vitamin C enthalten."

Wo kann man denn Bärlauch oder Bärlauchzwiebeln kaufen?

---

---

Subject: Re: Hat es schonmal jemand mit Bärlauch probiert?

Posted by [Naya](#) on Wed, 11 Feb 2009 12:53:59 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Optima,

vielen Dank für Deine Antwort.

Im Text ist ein "Frischblatt-Granulat" erwähnt bzw. Kapseln, die man nehmen kann. Zur Zeit ist ja keine Bärlauch-Saison.

Von dem Granulat soll man täglich etwa 1 TL nehmen (falls Du Selen nimmt hierzu zeitversetzt um ca. 4h). Das Granulat kostet ca. 15 EUR (habe es auch schon für 10 EUR im Internet

gesehen) für 50g.

Ich weiss, dass Bärlauch sehr intensiv schmeckt (wie Knoblauch halt) und daher werde ich es morgens nicht essen können. Nehme es dann eben abends.

Ich denke auch, dass es einen Versuch wert ist. Da ich im März mit Basenfasten anfangen will, werde ich es mir auch besorgen.

Viele Grüsse  
Naya

---

---

Subject: Re: Hat es schonmal jemand mit Bärlauch probiert?  
Posted by [optima](#) on Wed, 11 Feb 2009 17:55:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja am besten ist doch aber frisch? Ich weiss nicht so recht bei diesen Kapseln...

Aber schmecken würden die Kapseln doch eh nicht?

Ich denke es kann auf keinen Fall schaden..Berichte uns dann auch wie es mit dem Fasten läuft..

---

---

Subject: Re: Hat es schonmal jemand mit Bärlauch probiert?  
Posted by [Naya](#) on Thu, 12 Feb 2009 06:57:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also, laut der Angaben sollen wohl auch die Kapseln bzw. das Granulat entsprechend wirken. Ich denke, ich hole mir das Granulat.

Ich kann mich dunkel daran erinnern, dass ich mal Kapseln hatte, in denen Bärlauch war - das roch schon ganz gut in Richtung Knoblauch, wenn man das Glas aufschraubte.

Werde berichten - auch bzgl. des Fastens - Anfang März mache ich nochmal eine Untersuchung zwecks Übersäuerung etc. (das letzte Ergebnis war haaresträubend) und dann gehts los. Mein Arzt meinte, dass sich dadurch auch meine permanente Müdigkeit in Luft auflösen könnte. Ich bin gespannt.

---