

## weitere **BASISPAKETE:**

**Fordern Sie auch unseren  
Produktkatalog an!  
online-sopping:  
[www.maria-adam.com](http://www.maria-adam.com)**

...alles für die gesunde Ernährung  
...alles für die gesunde Haut  
...Grippe - Erkältung - Husten  
...Herz und Kreislauf  
...alles für die Leber und Lunge  
...Nerven und Depressionen

Edelkastanienmehl  
Eberrautenöl  
Galgantkräuterwein  
Basenkräuter zum Entsäuern  
Quitten-Tabs  
Quittenmus ohne Zucker  
Quittenkompott  
Quittenvollfruchtsaft  
Quittenkekse  
Quittenpulver  
Quittenkonfitüre  
Quittenhonig  
Salbei geschnitten  
Salbei-Tropfen  
Salbei-Brot-Tabs  
Selleriemischpulver  
Selleriemischpulver-Tabs  
Wegerichkräuterwein  
Chrysopras-Donat  
Goldkur



Altes Wissen – neu entdeckt

Was kann ich gegen  
**Rheuma und  
Gicht** tun

Was schreibt

**Hildegard  
von Bingen**

**NATÜRLICH  
besser**  
...für mehr Lebensfreude!

Diese Produkte sind zusammengestellt nach der Subtilitätslehre der Hildegard v. Bingen

# BASISPAKET

## ...Rheuma und Gicht

Hildegardzentrum  
 Maria Adam Naturprodukte  
 Au bei der Traun 44, 4623 Gunskirchen, Austria  
 Tel. +43 (0)7246 - 84 51, Fax +43 (0)7246 - 20 168  
 Mobil +43 (0)676 - 840 260 444  
 E-mail maria.adam@inode.at, www.maria-adam.com

### Edelkastanienmehl ...was sagt Hildegard v. Bingen

Beim Backen und Kochen mit Dinkelmehl immer 2-3 EL Edelkastanienmehl dazumischen. Auch ins Joghurt oder Quittenmus rühren. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Quittenmus ohne Zucker

### Quittenkompott

### Quittenmarmelade

### Quittenhonig

### Quittenpunsch ohne Alkohol

### Quittenvollfruchtsaft ...was sagt Hildegard v. Bingen

Unser Quittenvollfruchtsaft ist ein reines Naturprodukt, 100% gesund und wohlschmeckend. Besonders zu empfehlen ist der Quittensaft als Vorbeugemittel gegen Rheuma, Gicht und Arteriosklerose. Weil die ganze Frucht verarbeitet wird, ist es ein Basengetränk und naturtrüb. Dieses Getränk kann mit kaltem oder warmen Wasser zubereitet werden. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Quittenkekse ...was sagt Hildegard v. Bingen

Bei Speichelfluss, Parkinson, kaltem Magen, Rheuma und Gicht. Es gibt eine Reihe von Nahrungsmitteln die dem Rheuma entgegenwirken. Aber an erster Stelle wäre hier die Quitte zu nennen. Sie enthält außer Weinsäure, Apfelsäure, Tannin, Kalium, Calcium, Phosphor, Vitamin C und viel Pektin. Der Saft der Quitte wirkt adstringierend auf die Magen-Darm-Schleimhaut. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Quittenpulver ...was sagt Hildegard v. Bingen

Quitten sind 100%ig gesund und leiten Rheuma aus. Keine Rheumakur ist so delikat wie diese mit gesunden und wohlschmeckenden Quittenprodukten. Quitten sind ein wunderbares Vorbeugungsmittel gegen Rheuma (Gicht) und Arteriosklerose und mit einer alljährlichen Quittenkur würden mit Sicherheit viele rheumatische Gelenkerkrankungen erst gar nicht auftreten. Die Quitte enthält außer Weinsäure, Apfelsäure, Zucker, Tannin und Mineralstoffen wie Kalium, Calcium und Phosphor Vitamin C und viel Pektin. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Basenkräuter – Kräutermischung zum Entsäuern

...was sagt Hildegard v. Bingen

Diese Kräutermischung hilft nach HvB dem Körper beim Entgiften, Entschlacken und Entsäuern. Geben Sie in alle Speisen diese Kräutermischung hinein. Kann auch mitgekocht oder über die fertigen Speisen gestreut werden (Aufstriche, Brot, etc.) (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Galgantkräuterwein ...was sagt Hildegard v. Bingen

Neben seiner Herzwirkung hilft der Galgant auch bei Rückenschmerzen. Dazu muss Galgant in Wein gekocht- und sehr warm getrunken werden. Kreuzschmerzen, Rückenschmerzen, Bandscheibenschaden kommen von „Fehlsäften“, die über die Nieren ausgeschieden werden, wenn man 1-2 mal am Tag 1/8 l heißen Galgantwein trinkt. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Quittenpresslinge ...was sagt Hildegard v. Bingen

3-4 Tabs tgl. kauen und viel Flüssigkeit dazu trinken. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Salbei geschnitten ...was sagt Hildegard v. Bingen

Rheuma, Stoffwechselstörung, Blasenentzündung, Nierenbeckenentzündung, Reizblase, Harnwegsinfektion  
 Bei Harnverhalten ist Salbeitee zu trinken, nicht aber zur Ausleitung der Umweltgifte. Hier muß die Substanz, das Blatt gegessen werden! „Salbeiblätter sind roh und gekocht gegessen für den gut, den Schadsäfte plagen.“ Schadsäfte entstehen durch Umweltgifte, die aus der Luft in die Nahrungskette gelangen. Deshalb sollte man immer wieder ein paar grüne Salbeiblätter, gepulverten Salbei aufs Brot oder 3-4 Salbeibrot-Tabs essen. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Selleriemischpulver ...was sagt Hildegard v. Bingen

Das klassische Rheumamittel nach Hildegard. Die Pulvermischung gehört zu der Standardtherapie bei jeder Form von Harnsäuregicht. Sie senkt den Harnsäurespiegel und mindert den Schmerz. Man beginnt mit der geringen Dosierung von 1-2 Teelöffel des Pulvers vor und nach dem Essen oder 1-2 Selleriemischpulver-Tabs. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Wegerichkräuterwein ...was sagt Hildegard v. Bingen

Dieser Wein hat eine antirheumatische Wirkung. Jeder der von Rheuma und Gicht geplagt wird, sollte davon trinken. Den Wein kurmäßig und Gläschenweise trinken. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Eberrautenöl ...was sagt Hildegard v. Bingen

Wird bei Gelenkrheuma(Gicht), Polyarthrit und akutem Gichtanfall angewendet. Mit dem Eberrautenöl an der schmerzenden Stelle dick einreiben und ein gewärmtes Tuch fest darüber binden. Am besten vor dem Schlafengehen. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Chrysopras-Donat ...was sagt Hildegard v. Bingen

„Plagt den Menschen an irgendeinem Glied Gicht (Rheuma), dann lege er den Chrysopras auf die bloße Haut, und Rheuma (Gicht) wird vergehen.“ Wenn er hilft, wirkt der Chrysopras rasch. Innerhalb von 2 Minuten verschwinden die Schmerzen, ob es nun Fingergelenksarthrit, Rückenschmerzen oder Großzehengicht ist. (gr. Hildegard-Apotheke, Dr. Herzka)

### Goldkur ...was sagt Hildegard v. Bingen

1,2 g Goldpulver mit 2 EL Dinkelmehl und etwas Wasser zu einem knetfähigen Teig verrühren. Den Goldteig halbieren und eine Hälfte 1/2 Stunde vor dem Frühstück essen, den Restteig zu einem Keks formen und bei 180 Grad 5-10 Minuten backen. Den Keks am anderen Tag 1/2 Stunde vor dem Frühstück essen.  
 „Das Gold bleibt zwei Monate lang in seinem Magen/Darm liegen, ohne ihn anzugreifen und geschwürig zu machen, und wenn dieser kalt (schlecht durchblutet) und verschleimt ist, wärmt und reinigt es diesen ohne Gefährdung des Menschen. Wenn ein gesunder Mensch das macht, erhält es ihm die Gesundheit, und wenn er krank ist, wird er gesund.“ (HvB, gr. Apotheke Dr. Hertzka)

**Jeden Montag, 19.00 Uhr Fastenseminar mit Verkostung, Tipps und Informationen im Hildegard-Zentrum, Au bei der Traun 44, 4623 Gunskirchen. Neueinstieg wöchentlich möglich.**  
**Telefonische Anmeldung erbeten! Unkostenbeitrag € 15,00.**  
**Einzelberatungen nur nach telefonischer Terminvereinbarung!**