



Zistrose - Hausmittel für Haut & Haar + viel mehr !!

<http://www.Heilsuse.eu>

Einleitung

Hochsommer 1982, ich hocke am Rande des Grand Canyon, die Sonne ging unter, ein beeindruckendes Licht- und Schattenspiel. Dort stand vor mir ein kleines Sträuchlein. Zarte rosa Blüten, die alle etwas zerknittert waren. Es ist ja hier auch sehr trocken und heiß, dachte ich.

Aber diese zarten Sträucher gibt es überall, wo schönes Wetter ist. Sie brauchen viel Licht. Links sehen wir ein größeres Exemplar, einen Meter hoch. Bildquelle Wikipedia. Bis man die Wirkstoffe des Strauches verwenden kann, ist es ein weiter Weg. Wir machen es Ihnen leicht, alles ist gut vorbereitet.

Insbesondere sollen in diesem leicht verständlichen Büchlein Anwendungen gezeigt werden, die Ihnen wirklich helfen, die im Akutfalle, dann wenn es Ihnen schlecht geht, helfen - aber auch zur Vorbeugung, weil man so Probleme ja vermeiden kann. Anti-Aging, Haut und Haare sollen nicht zu kurz kommen, hier liegen besondere Stärken der Zistrose.

<http://www.Heilsuse-Partner.eu>

Worum es geht

Es geht um die Wiederentdeckung der Zistrose. Und es geht um Erfahrungskunde von vielen Völkern auf der ganzen Welt. Rund um das Mittelmeer, Amerika, in Ost und West weiß man die mächtige Wirkung dieser Pflanze zu schätzen. Hier ist die Renaissance einer Heilpflanze.



<http://MagischeMinerale.de>

Was Sie erwarten können

Zuerst werden die sicheren Wirkstoffe verständlich erklärt. Von sekundären Pflanzenstoffen wird viel geschrieben. Hier werden sie in Bezug auf die Anwendungen erläutert. Wie funktioniert solch ein "Wunderstrauch"? Wo kann man es einsetzen? Wann sollte man Zistrose einsetzen?

Wie lange dauern Anwendungen und welche Wirkungen kann man erwarten?

Vorweg ist es wichtig zu sagen, dass die aufbereitete Zistrose, also fertig zur Anwendung, nicht viel kostet. Denn 100 Gramm kosten ungefähr 10 Euro. Das ist nicht viel, wenn wir nachher sehen, was Sie damit machen können, was Nutzen und Gegenwert sind.

Nun die Haupt-Anwendungen, später werden wir das noch genauer betrachten:

Akne, Haarwuchs, Erkältungen, Grippe Hautprobleme, Schuppenflechte, Allergie, Immunkraft, Stärkung, Halsentzündungen Regeneration, Hautpflege, Straffung von Fältchen, Infekte, Abgespanntheit ...



Die Wiedentdeckung einer Pflanzenheilkunde am Mittelmeer

2

Was ist Pflanzenheilkunde

Die Pflanzenheilkunde ist die älteste medizinische Therapie. In allen Kulturen und auf allen Kontinenten gibt es sie.

Entweder kommen ganze Pflanzen zum Einsatz, die entsprechend aufbereitet werden, oder Teile davon wie Blätter, Blüten, Rinden, Wurzeln oder Samen.

In manchen Landstrichen der Erde gibt es nichts anderes zur medizinischen Versorgung, als Naturheilmittel, unter anderem auch Pflanzen.

Die hier besprochene Lösung ist im Lebensmittelrecht zugelassen und wird erfolgreich europaweit als Genuss- und Heiltee eingesetzt.

Die Besonderheiten, die besonderen Leistungen von Zistrose bei der Lösung von Hautproblemen und bei anderen Problemen im täglichen Leben werden ausführlich erklärt.

Pflanzenheilkunde ist einer eigener großer Bereich der Naturheilkunde. Die Erfahrungsheilkunde sagt seit langem, dass Zistrose sehr wertvoll ist. Immer mehr Menschen haben deshalb ständig Zistrose im Haus für viele Anwendungen.

Was ist Erfahrungsheilkunde

Oft wird die Erfahrungsheilkunde völlig unterbewertet, als "Alternativ" oder 'Spinnerei' von der Oma. Aber es ist mehr:

Anwendungserfahrungen aus langen Zeiträumen wurden ausgewertet. Oft aus hunderten, tausenden Jahren.

Es gibt meistens überraschend gute, überzeugende Erfahrungen, sonst wären sie völlig vergessen.

In den meisten Fällen gibt es keine oder kaum negative Nebenwirkungen, sonst wäre es abgelehnt worden.

Jeder kann diese Erfahrungen selbst machen, der Aufwand ist meistens nicht so groß, der Nutzen hoch.

Die Erfahrungsheilkunde lebt von Überlieferung und Pflege. Die Erfahrung wurde weitergegeben, überdauerte.

Die hier vorgestellte Lösung eignet sich hervorragend für die regelmäßige Regeneration und jede Hausapotheke.

Erfahrungsheilkunde hat ihren Platz in allen Kulturen der Erde seit langer Zeit.

Inhaltsverzeichnis:

- 1. Natürliche Pflanzenschutzstoffe und Anwendungsgebiete - Seite 3
- 2. Die wichtigsten Wirkstoffe der Zistrose - Seite 4
- 3. Anwendungsgebiete - Seite 5
- 4. Hinweise Zubereitung - Seite 14
- 5. Links, Service, Bezugsquelle Qualität - Seite 15

Anwendungsgebiete:

- Akne Seite 6
- Falten, Anti-Aging Seite 7
- Haare Seite 8
- Erkältung Seite 9
- Grippe Seite 10
- Allergien Seite 11
- Halsentzündungen Seite 11
- Falten & Hautpflege Seite 12
- Regeneration Seite 12
- Abgespanntheit Seite 13
- Hinweise zum Schluss Seite 14



1. Natürliche Pflanzenschutzstoffe und Anwendungsgebiete

Alle Pflanzen müssen sich gegen verschiedene störende oder zerstörende Einflüsse von Außen wehren + Schutzmechanismen entwickeln, mit wechselnden Bedingungen zu recht zu kommen:

- Zu viel Hitze oder Kälte, Bodenfrost und Trockenheit
- Parasiten, Pilze, Pflanzenschädlinge wie Bakterien und Viren
- Zu starke Sonneneinstrahlung + schwankendes Wetter
- Fressende Insekten und deren Larven
- Nährstoffversorgung aus dem Boden

Die Entwicklung dieser Schutzstoffe und -Mechanismen hat meist lange Zeiträume beansprucht und für jede Pflanze in der Natur einen eigenen Verlauf gehabt. Es gibt da zwar Ähnlichkeiten, aber keine zwei gleiche Pflanzen.

Jede Pflanzenart verfügt über eine eigene Zusammensetzung von Schutzstoffen, hat also ihr eigenes Verteidigungsarsenal.

In der Natur gibt es über die vielen Pflanzenarten viele tausend dieser Stoffe. Zum Teil sind dies so genannte sekundäre Pflanzenstoffe, die wir auch mit der Nahrung zuführen, aber auch hoch wirksame Drogen, die in der Pharmazie genutzt werden.

Auch in der chemischen Industrie für Farben, sowie für andere technische Prozesse werden diese Pflanzenstoffe eingesetzt.



Die wichtigsten wirksamen Inhaltsstoffe der Zistrose (Cistus)

Eigentlich ist es viel spannender, was die Inhaltsstoffe bewirken, was sie uns geben. An den zuvor aufgezählten Anwendungen kann man schon ahnen, wie weit das geht, jetzt aber erst mal die Aufzählung: **Polyphenole, Tannine / Gerbstoffe, Harze, Öle, Cineol, Limonen, Eugenol und Ledol u. a. m.**

Polyphenole sind in der Zistrose stärker vertreten, als in den meisten anderen Pflanzen und sie entfalten beim Menschen die gleichen Schutzwirkungen wie für die Pflanze.

Die Polyphenole der Zistrose wirken zuverlässig und schnell gegen Mikroben, Bakterien, Viren, halt gegen die vielen Erreger, die uns im Alltag immer wieder Probleme bereiten.

Die Wirkungsweisen und der ganze Hintergrund werden hier nur allgemein erklärt, so weit, wie das wirklich notwendig ist. Eine umfangreiche Information in Form von Videos und Dokumenten finden Sie auf den Internetseiten und im Shop www.Heilsuse.eu



Die wichtigsten Wirkstoffe der Zistrose

<p>1. Polyphenole: Natürliche Polyphenole sind bioaktive Substanzen. Hierzu zählen viele Wirkstoffe. Viele sind gesundheitsfördernd. Ihre Hauptfunktion ist der Schutz der lebenden Pflanzen. Tiere und Menschen, die diese Stoffe aufnehmen, profitieren in ähnlicher Weise. Wirkung gegen Bakterien, viele Erreger, Viren...</p>	
<p>2. Tannine: Sie gehören zu den Pflanzengerbstoffen und rufen den herben Geschmack von Zistrose hervor. Ihre zentrale Wirkung ist die Hemmung der Vermehrung von Erregern. Allgemein haben Tannine eine adstringierende (zusammenziehende/straffende) Wirkung, was man bei äußerlicher Anwendung an der Glättung der Haut sieht, sie wirken antiseptisch, desinfizierend, blutstillend und fördern das Abhusten bei Erkältungen.</p>	<p>3. Cineol: Dies ist ein aromatisches Pflanzenöl, das sehr wertvoll ist und in der Parfümindustrie gehandelt wird. Für unsere Gesundheit wirkt es entspannend bei Atemwegserkrankungen, schleimlösend, gegen Bakterien. Es erweitert und entspannt die Bronchien. Wenn man regelmäßig eine große Tasse Zistrosen-Tee genießt, fördert das Cineol darin die Verdauung. Angenehmer Duft und Geschmack des Cineol fördern auch die Verträglichkeit.</p>
<p>4. Limonen: Dieses aromatische Öl gibt es in vielen Pflanzen, es wehrt schädliche Insekten ab. In Zistrose sorgt es für guten Geschmack. Der Duft wirkt ausgleichend und aufhellend auf die Stimmung. Günstige Wirkung im Verbund mit den anderen Stoffen.</p>	<p>5. Eugenol: Es riecht nach Gewürznelke, ist in vielen Kräutern, im Muskat und der Banane enthalten. Wirkt gegen Pilzkrankungen, gegen Milben und Zecken. Eugenol ist schmerzstillend und hemmt Entzündungen. Dieser Pflanzenstoff wird z.Z. stark erforscht.</p>
<p>6. Ledol und einige andere aromatische Pflanzenöle, die im Verbund mit allen anderen Wirkstoffen schützend für Pflanzen, Tiere und Menschen aktiv sind.</p>	<p>7. Vitamine und Mineralien: um alle Mineralien und pflanzlichen Vitamine der Zistrose aufzuzählen und zu erklären, benötigte man noch einige Seiten.</p>



8. Silizium: Neben Kohlenstoff ist Silizium das formgebende und regenerierende Element überhaupt. Neben den Haferflocken, die täglich zu einer gesunden Ernährung zählen sollten, liefert die Zistrose als Getränk genügend natürliches Silizium zur Regeneration von Gefäß-, Nervensystem und Gewebe.



Die wichtigsten Anwendungsgebiete der Zistrose

5

1. Innerliche Anwendungen

Zwei Möglichkeiten, Zistrose innerlich anzuwenden. Es gibt im Handel Tabletten und Kapseln. Das ist auch sehr praktisch, wenn man unterwegs ist, im Urlaub oder auf Geschäftsreise.

Hier wollen wir uns damit beschäftigen, wie Sie ganz flexibel, mit sehr geringem Aufwand aus dem preiswerten, reinen Zistrose-Kraut alles selber zu Hause machen können.

Die verschiedenen **Zubereitungen** sind nachfolgend beschrieben.

Für die alltägliche Anwendung nehmen Sie ein Tee-Ei oder Tee-Sieb. Dort füllen Sie einen Teelöffel der reinen Zistrose hinein. Dann einfach in einer großen Tasse mit heißem Wasser übergießen. Ein paar Minuten ziehen lassen, fertig. **Zistustee**. Sie können das Zistuskraut auch ein zweites Mal aufgießen.

Um eine langfristig prophylaktische **Trinklösung** auf einfache Weise zu haben, bereiten Sie in einem Topf eine Zubereitung die Sie aufkochen, mit ½ Liter Wasser und einem gehäuften Eßlöffel Zistuskraut. Aufkochen, 10 Min. bei schwacher Hitzezufuhr ziehen lassen. Fertig. Abgekühlt in eine Flasche füllen. > Kühlschrank.

2. Äußerliche Anwendungen

Für äußerliche Anwendungen gibt es im Handel Cremes, Tinkturen und Spays mit Zistrose. Das kostet immer wieder Geld und die eigene Zubereitung aus reiner Zistrose ist oft wirkungsvoller.

Wenn Sie Probleme mit **Haut und Haaren** haben, dann ist es gut, einige Zistrose- Anwendungen zu kennen und sich rasch zu Hause selbst helfen zu können. Und es ist preiswerter.

Was es dabei zu beachten gilt, erklären wir nachfolgend.

Zistrose lässt sich als warme und kalte Lösung anwenden. Wenn Sie einen gehäuften Eßlöffel Zistrose in einem Topf mit ½ Liter Wasser aufkochen, zehn Minuten bei schwacher Hitzezufuhr ziehen lassen, dann gießen Sie diesen **Aufguß** nacher durch ein Sieb. Warm für Waschungen und Umschläge zu nutzen.

Für die tägliche Anwendung auf der Haut braucht man diesen Aufguß nur einmal zubereiten. Absieben, abkühlen lassen und in ein leeres, gereinigtes Marmeladenglas füllen. Praktisch ist das, wenn Sie das Glas ins Badezimmer stellen. Diese **Tinktur** ist vielseitig anwendbar. Wie das geht für Haut und Haare, folgt nun.



Bezugsquelle für reine Zistrose: www.Heilsuse.eu Im Menue "Zistrose" anwählen. Service: info@Heilsuse.eu



Zistrose - Anwendungen für die Haut - einfach, sicher, wirkungsvoll - Akne 6

Anmerkungen zur Akne-Forschung:

Das Internet bietet weit über 1000 Dokumente aus der wissenschaftlichen Forschung über Akne. Dieses Thema wird seit langem ernst genommen. Das ist verständlich, weil die kosmetische Industrie große Umsätze mit Hautpflege-Produkten erzielt.

Und auf diese Einnahmen will keine Firma verzichten. Verständlich. Im Heilsuse.eu - Shop stellen wir Ihnen die wichtigsten Dokumente kostenlos zur Verfügung. Hier eine kurze Zusammenfassung:

Die Haut ist äußere Begrenzung und Schutz des Organismus, sie ist das größte Sinnesorgan, das größte Stoffwechselorgan, sie sollte rundum gesund sein, damit wir uns wohl fühlen.

Fast alle Akne-Formen werden durch Erreger, Bakterien ausgelöst

Chemische Mittel, also Kampfmittel gegen diese, verursachen Resistenzen. Dann wird das Problem immer größer, oft unlösbar.

Mechanische Reizungen, Ausquetschen, Reiben, Rubbeln... sollte man vermeiden, weil das Problem verschlimmert wird.

Rechts steht, wie´s geht. Nutzen Sie auch die Service-Hotline.

Akne: Dass Akne durch ein Erreger hervorgerufen wird, wissen wir durch Forschungen erst seit einigen Jahren ganz genau. Diese mit scharfen Mitteln zu bekämpfen ist falsch. Sie entwickeln sofar Resistenzen und können dann kaum noch behandelt werden. Das wird im Medizin-Telegramm vom 04. Nov. 2009 genau erklärt.

Zistus ist deshalb für Akne ideal. Es macht die verschiedenen Erreger unschädlich und ermöglicht der Haut zu regenerieren.

Die Anwendung ist einfach und sicher, man muss es aber genau so machen. Die Natur ist eben doch eine gute Apotheke.

Zistrose/Cistus- Anwendung bei Akne: Wie auf Seite 5, rechts beschrieben, bereiten Sie einen Aufguß und stellen ihn gesiebt als Tinktur, abgefüllt in ein Glas, im Badezimmer bereit.

Anwendungen erfolgen immer auf der gereinigten Haut. Zum Waschen benutzen Sie ausschließlich normale Seife oder Duschgel, Ihre Hände und ein sauberes Handtuch zum Abtrocknen. Danach nehmen Sie einfach ein Toppotuch, tauchen dieses zu einem Drittel in die Zistrose-Tinktur. Damit betupfen Sie die Haut. Einmal oder mehrfach hintereinander. (auch Zistrose-Tee trinken) Nach dem Betupfen nicht abtrocknen. Einfach an der Luft trocknen lassen. Wenn Sie zu Hause sind, frei haben, können Sie diese Anwendung den Tag über mehrfach durchführen.





Zistrose für die Hautpflege, gegen Fältchen, Anti - Aging

7

Falten, Hautpflege, Bindegewebe, Gut Aussehen, Sich wohl fühlen !

In Drogeriemärkten, Kaufhäusern, bei Discountern ... gibt es wohl zigtausend Produkte für die Haut. Ja, das ist ein sehr großer Markt.

Die pflanzlichen Wirkstoffe der Zistrose reinigen, beleben und regenerieren die Haut und das Gewebe. Er Erfolg ist sehr schnell zu sehen. Die Haut wird straffer, glatter, frischer und entspannter.

Und auf Grund der hohen Konzentration dieser Wirkstoffe und der Zusammensetzung sieht der Anwender positiver Resultate schnell.

Als Regel gilt, mindestens eine Tasse Zistrose-Tee zu trinken pro Tag. Die beste Zeit dazu ist morgens vor dem Frühstück. Aber auch tagsüber mehrmals eine Tasse davon ist empfehlenswert.

Ganz klar kann man mit einem Spritzer Zitronensaft, etwas Honig oder auch Zucker verfeinern. Der Tee kann zweimal aufgegossen werden. Auch wenn er erkaltet ist, hat er noch positive Wirkung.

Die Tinktur (s.Seite 5) können Sie vorbereiten und abgefüllt in eine Flasche im Kühlschrank aufbewahren. Dann trinken Sie davon in kleinen Mengen, über den Tag verteilt, wie es Ihnen beliebt.

Anti - Aging heißt auch, Wahre Schönheit kommt von innen.

Zistrose ist sowohl äußerlich, aber auch innerlich anwendbar.

Innerlich sorgt Zistrose als Tee oder Kaltgetränk für den Schutz des Gewebes und der Haut, reinigt und nährt die Haut von innen.

Äußerlich wirken die straffenden Substanzen von Zistrose rasch glättend, auch gibt es einen leicht samtbraunen Teint.

Unten sind beide Anwendungsformen näher beschrieben.

Auf Seite 5 rechts steht die Zubereitung einer Tinktur aus Zistrose Wenn Sie diese wie folgt beschrieben regelmäßig anwenden, Dann merken Sie das schon in den ersten Tagen am Hautbild.

Die Haut wird straffer und verjüngt. Am einfachsten ist es, wenn Sie die Tinktur in einem Glas abgefüllt im Bad stehen haben, dann ein Tempotuch etwas eintauchen und auftupfen. So einfach.

Am allerbesten wirkt dies auf der gereinigten und abgetrockneten Haut, wenn also noch keine Creme darauf ist. Die Zistrose-Tinktur dann nicht abtrocknen, sondern an der Luft trocknen lassen.



Bezugsquelle für reine Zistrose: www.Heilsuse.eu Im Menue "Zistrose" anwählen. Service: info@Heilsuse.eu



Auch bei sehr guter Versorgung der Haare durch die Ernährung und bei optimaler Pflege kann es Probleme geben. Die Haare wachsen nicht mehr so gut, fallen aus, werden stumpf und grau.

Bei der Alterung der Haare hat vieles mit der Oxidation zu tun, die durch Zistrose ausgeglichen werden kann. Die Kopfhaut wird so geschützt und das Haar kann wachsen und fällt weniger aus.

Ganz besonders hat die Kombination der Maßnahmen Erfolg. Wenn Sie einerseits schon die Kristalltechnik von Heilsuse.eu einsetzen und Magnesium-Chlorit nehmen, profitiert Ihr Haar sehr.

Das Thema Ernährung und Haare ist sehr umfangreich. Gesunde Haare benötigen alle wichtigen Nährstoffe aus natürlichen Quellen. Dazu gehören Proteine, Vitamine, Mineralien, Vitalstoffe usw.

In dem kleinen Büchlein "Ernährung" bei den Fachinformationen von Heilsuse.eu finden Sie Näheres dazu. Auch das ist kostenlos.

Zur echten Stimulation des Haarwuchses wenden Sie zumindest eine Kristallfläche regelmäßig unter dem Kopf/Nacken an.

Wie wendet man Zistrose für die Haare an?

Seite 5 beschreibt die Zubereitung der Tinktur aus Zistrose. Zum Schluss finden Sie dazu noch weitere Hinweise und Tipps. Führen Sie die Anwendungen konsequent durch, hat das Erfolg.

Die beste Zeit ist morgens früh, nach dem Aufwachen, aber auch abends nach Feierabend. Die Anwendung ist ähnlich wie bei auf Seite 7. Die Tinktur auf die Kopfhaut tupfen und trocknen lassen.

Nachfolgend etwas genauer, wie es geht, wie es funktioniert.

a) Sie tauchen ein Tempotuch etwas in die Zistrose- Tinktur und betupfen dann die Kopfhaut. Das können Sie in einigem zeitlichen Abstand mehrmals hintereinander tun.

b) Sie besorgen sich in der Apotheke ein Fläschchen mit Pipette, füllen die Tinktur immer dort hinein und wenden sie an. Aber auch jetzt brauchen Sie gleichzeitig ein Tempotuch zur Hilfe...

Beachten Sie auch die technischen Hinweise im Schlusskapitel.





Zistrose ist eine exzellente Hilfe bei Erkältung und zur Vorbeugung

9

Jeder kennt das. Es kündigt sich mit einem Kratzen im Hals an, man merkt, dass da was im Anzug ist. Gerade der richtige Moment - **nämlich für eine rasche Gegenwehr mit Zistrose.**

Wenn man etwas spürt, haben sich die Erreger schon eingeknistert. Unternimmt man nichts, dann folgen Husten, Schnupfen, Müdigkeit und oft Gliederschmerzen. Eine richtige Erkältung. Aufgepasst:

Mit Zistrose können Sie rechtzeitig wirkungsvoll gegensteuern. Auf der rechten Seite steht, was es zu beachten gilt. Freuden Sie sich mit Ihrer Zistrose an. Das ist eine echte natürliche Hilfe !

Verschleppt werden Erkältungen dann, wenn sie nicht auskuriert werden. Dann schlummern die Erreger irgendwo und machen sich dann wieder breit, wenn der Körper geschwächt ist. Stress z.B.

Wenn man in "angeschlagenem Zustand" zur Arbeit geht, dort niesend dem Alltagstress ausgesetzt ist, verteilt man einerseits die Erkältungsviren in der Umgebung, erholt sich selbst nur schwer.

Während einer Erkältung sollte man keinen Sport betreiben. Einfach ein paar Tage aussetzen und wieder loslegen, wenn Sie O.K. sind. Viel Erfolg mit Ihren Zistrose - Anwendungen !

Auf den ersten Seiten wurden die wichtigsten Wirkstoffe erklärt. Wenn man nur eine Tasse Tee mit Zistrose aufgießt, wie man ja üblicher Weise Tee zubereitet, hat man diese Wirkstoffe nicht in hoher Menge in der Tasse. Wirksam vorzubeugen geht mit **Tiktur**,

So wie das auf Seite 5 rechts beschrieben ist, kochen Sie einfach in einem Stieltopf, der nur für Zistrose vorgesehen ist - beachten Sie auch die technischen Hinweise zum Schluss - 1 Eßlöffel Zistrose, 10 Min. bei kleiner Hitze und dann trinken Sie eine große Tasse davon. Dabei ist es gleich, ob Sie das Getränk heiß, lauwarm oder später kalt zu sich nehmen.

Wenn die ersten Anzeichen der Erkältung verklungen sind, dann führen Sie die Zistrose - Anwendung noch mindestens drei weitere Tage durch. Die Erreger werden mit Hilfe von Zistrose und durch das körpereigenen Immunsystem unschädlich gemacht.

Um den Körper dabei zu unterstützen, die Abbauprodukte aus zu scheiden, trinken Sie bitte immer wieder ein Glas Stilles Wasser.

Wenn Sie die regelmäßige Einnahme von Heilsuse-Magnesium schon kennen, dann ist jetzt die richtige Zeit, daran zu denken !





Zistrose bei Grippe - da zeigt diese Pflanze, was sie kann

10

Eine handfeste **Grippe** ist etwas sehr Unangenehmes und auch Gefährliches. Wenn die Symptome schon richtig da sind, dann muss man leiden. Oft dauert es Wochen, bis alles vorüber ist.

An Grippe sind schon mehr Menschen gestorben, als in Kriegen, auf der Straße oder durch andere Unfälle. Das ist kaum bekannt, aber wahr. **Zistrose ist eine gute Möglichkeit der Selbsthilfe.**

Wenn Sie bereits eine Grippe haben, dann reicht es nicht, mal eine Tasse Tee von der Zistrose zu trinken. Dann nehmen Sie einen Liter davon zu sich pro Tag. Und das bereiten Sie so zu:

Wie bereits auf Seite 5 angesprochen benutzen Sie einen Topf. Auf etwas mehr als einen halben Liter Wasser. Darauf einen gehäuften Esslöffel Zistrose. Erhitzen, bis es gerade kocht, nun auf die kleinste Einstellung am Herd stellen, 10 Minuten ziehen.

Auf Seite 5 nannten wir diese Zubereitung Tinktur. Dabei wollen wir der Einfachheit halber bleiben. Trinken Sie je einen Liter davon täglich, auch wenn alle Symptome schon verschwunden sind. Das ist zur Sicherheit, und zur Reinigung des Organismus.

Zistrose verursacht keine Resistenzen, keine Nebenwirkungen.

Die gute Wirksamkeit von Zistrose gegen Viren, die Schnupfen und Grippe auslösen, ist am stärksten erforscht. Zistrose ist gegen die Schnupfenviren und Grippe sehr gut wirksam. Und so geht's:

Schon dann, wenn draußen die Grippewellen rollen, wenn Sie am Fernsehen, in der Presse davon erfahren, **erinnern Sie sich daran**, dass Sie ja ein Päckchen Zistrose im Hause haben, holen es hervor.

Wenn Sie zur Vorbeugung, um also besser geschützt zu sein, regelmäßig eine Tasse Zistrose-Tee trinken, d.h., morgens, mittags und abend jeweils, ist das sehr hilfreich. Es ist auch reine Gewohnheit.

Dazu benutzen Sie ein Tee-Ei, oder Sie gießen den Tee, der lose aufgebrüht wurde, nachher durch ein Sieb. Das Zistrose-Kraut kann dann jeweils zweimal hintereinander aufgebrüht werden.

Wenn Sie mit Schnupfen oder immer wieder mit verstopfter Nase zu tun haben, dann können Sie den abgekühlten Zistrose-Tee, aber auch die abgekühlte Tinktur für die Nasendusche einsetzen. Im Drogeriemarkt gibt es dazu spezielle Behälter, fragen Sie danach. Ansonsten beachten Sie auch die technischen Hinweise am Schluss.

Zistrose eine gute, einfache, sichere Möglichkeit zur Vorbeugung.



Bezugsquelle für reine Zistrose: www.Heilsuse.eu Im Menue "Zistrose" anwählen. Service: info@Heilsuse.eu



Die Bedeutung von Zistrose bei Allergien

11

Allergien sind weit verbreitete Erkrankungen. Handelt es sich um Kontakt-Allergien, so ist die Haut in Mitleidenschaft gezogen.

Zistrose kann äußerlich und innerlich angewendet werden. Die äußerlichen Anwendungen wurden im Kapitel Haut auf Seite 7 schon beschrieben.

Weil dieses Thema sehr umfangreich ist, nutzen Sie im Einzelfall bitte den Service über Telefon oder Email.

Wenn Sie in einer ärztlichen Behandlung mit einer Allergie sind, führen Sie diese Behandlung natürlich fort.

Zistrose können Sie gut ergänzend einsetzen.

Es gibt unzählige Erscheinungen von Allergie, am bekanntesten und stark verbreitet ist der so genannte Heuschnupfen.

Auch dann, wenn im Einzelfall die Allergie nicht gleich verschwindet, hilft die Anwendung von Zistrose, die Symptome im Schach zu halten. Es wirkt in den meisten Fällen unterstützend.

Halsentzündungen entstehen immer wieder mal. Die Ansteckung mit Erregern über die Atemwege ist auch die Häufigste.

Mit Zistrose als Getränk haben Sie eine einfache, sichere und vor allem wirkungsvolle Hilfe zur Hand - ohne Nebenwirkungen.

Die stärkere Tinktur kann sehr gut lauwarm zum Gurgeln benutzt werden. Parallel dazu können Sie Zistrose-Tee trinken. Redner schätzen die gute Wirkung von Zistrose für ihre Hals-Fitness.

Zistrose ist auch für **Kinder** gut verträglich. Wenn Sie den Tee nicht so lange ziehen lassen, hat er nicht den leicht bitteren Geschmack. Auch können Sie etwas Honig zufügen.

Wichtig ist, dass Sie wissen, dass der Zistrose-Tee nicht unbedingt heiß getrunken werden muss. Die Wirkstoffe sind auch nach dem Erkalten des Getränkes aktiv.

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie bitte die Service-Nr. an oder schicken ein Email.



Bezugsquelle für reine Zistrose: www.Heilsuse.eu Im Menue "Zistrose" anwählen. Service: info@Heilsuse.eu



Die adstringierende -zusammenziehende/straffende- Wirkung auf die Haut und das darunter liegende **Bindegewebe** ist bei der Zistrose so stark, dass man die positive Wirkung bereits nach der ersten Anwendung deutlich sieht.

Einerseits wird die Haut glatter, Fältchen verschwinden, wenn man die Zistrose-Tinktur auftupft. Andererseits hinterlassen die Farbpigmente von der Zistrose eine matt-goldbraune Tönung.

Zistrose war und ist in vielen Teilen rund ums Mittelmeer DAS **Schönheitsmittel** überhaupt. Das können auch Sie nutzen.

Wenn Sie mal überarbeitet sind, schlecht geschlafen haben, auf einer Nacht-Party waren, dann ist die Anwendung von kühler Zistrose-Tinktur, die Sie auf die Haut tupfen und trocknen lassen, eine echte Wohltat. Sie sehen das sehr schnell im Spiegel.

Klar ist auch, dass jeder einen eigenen Rhythmus hat, besonders in den frühen Morgenstunden, wenn man aus dem Haus muss. Richten Sie sich die Anwendungen so ein, dass Sie damit zurecht kommen. Ggf. machen Sie Anwendungen in der Freizeit, nach Feierabend, am Wochenende...

Der Organismus steht in einer ständigen Abwehr gegen Erreger, die von außen kommen. Aber auch von innen können stets Mikro-Entzündungen auf Grund von Oxidation Schäden anrichten.

Überhöhte Belastungen ermüden. Man fühlt sich schlapp und "schlecht drauf". Tägliche Regeneration hat zentrale Bedeutung.

Weil die Zistrose gezielt gegen unzählige Erreger direkt wirkt, wird das Immunsystem entlastet. Man fühlt sich fitter.

Dieses kleine Ebook soll helfen, sich durchgängig besser zu fühlen.

Diese Durchgängigkeit des Besserfühlers werden Sie rasch erleben wie den Unterschied von Tag und Nacht.

Dazu sollten Sie aber auch die Kernaussage verstehen: Es geht nicht darum, was Sie mal machen. Es geht darum, was Sie im Schnitt täglich tun. Für Ihr Wohlbefinden, für Ihre Regeneration.

Und Heilsuse hat in diesem Sinne ein Angebot zur Regeneration und Prävention. Das heißt Behebung von Störungen ganz zu Anfang und möglichst Vermeidung größerer Probleme.





Die Abgespanntheit und Tagesmüdigkeit, die durch Hektik und Informationsflut, Überforderung und Stress im Verkehr und Alltag täglich hervorgerufen wird, macht wenig Freude.

Diese Abgespanntheit führt dazu, dass Sie Ihre Freizeit nicht richtig genießen können. Mit einer speziellen Lösung der Magnesium-Versorgung und Zistrose, sowie den speziellen Edelsteine-Krisall-Flächen kann man viel zur Regeneration tun.

Jede Lieferung ist mit einer Zufriedenheits-Garantie verbunden und schließt telefonischen und Email-Service mit ein.

Diese Dokumentation ist eine Anwendungs- Beratung für Zistrose im Online-Shop www.Heilsuse.eu und kann nicht alle Aspekte ausführlich erläutern. Sie werden noch viele Informationen in den Videos und pdf- Dokumenten finden.

In dem Blog: <http://MagischeMinerale.de> finden Sie in einem Artikel über Zistrose eine Recherche mit einigen Videos und pdf- Dokumenten !

Anfangs sind regelmäßige Zubereitung und Anwendung der Zistrose (Tinktur und Tee...) vielleicht ungewohnt, manchmal denkt man auch nicht daran.

Dem Autor ist es ein Anliegen, dass Sie die Vorteile dieser Heilpflanze kennen lernen und entspannt die Anwendungen in Ihren Alltag integrieren.

Natürlich brauchen Sie nicht alle Anwendungen durchführen. Aber es ist gut, diese Heilpflanze im Hause zu haben:

Zur Vorbeugung, Regeneration, bei Erkältung, Schnupfen, Heiserkeit, Grippe, Hautproblemen...

Neben den Informationen im Shop Heilsuse.eu finden Sie auf der Seite: <http://Heilsuse-Partner.eu> eine Serie von Videos und Dokumenten zu Zistrose u. a.





Einen Rand, etwas Absatz vom Tee, das kennt jeder von anderen Teesorten.

Bei Zistrose ist das aber viel stärker, auf Grund der vielen Wirkstoffe.

Wenn eine Tasse länger gestanden hat vor dem Spülen, dann ist es oft schwer, diese wieder zu reinigen.

Wenn Sie die Tasse direkt einweichen nach dem Zistrose-trinken, dann ist das Spülen nachher leichter.

Gründlich saubere Tassen und Kännchen erhält man durch Einweichen mit Corega-Tabs.

Für die Zubereitung der Tinktur schaffen Sie sich einen separaten Stieltopf für bis zu 1 Liter an - sofern nicht vorhanden.

Ein Stieltopf sollte es deshalb sein, weil Sie beim Abgießen durch ein Sieb die andere Hand dann für das Sieb frei haben.

Insbesondere das Harz aus der Zistrose klebt sehr stark im Topf.

Wenn Sie einen separaten Topf - am besten einen Stahltopf - benutzen, gibt es keine Probleme, den brauchen Sie auch nicht jedes mal sauberschrubben.

Bei der Anwendung von Zistrose-Tinktur im Bad sollten Sie das Waschbecken gleich nachher reinigen.

Zistrose haftet auch stark an dem Porzellan (das Harz und die Farbpigmente). Wenn Sie sofort nachspülen, gibt es keine Probleme.

Wenn Sie die Tinktur am Kopf angewendet haben, dann z.B. auf der Couch liegen wollen, legen Sie bitte ein altes Handtuch unter, damit das Polster geschont wird.

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie bitte unseren Service an oder E-mailen Sie.

Wenn Zistrose-Tinktur bei der Behandlung der Haut, des Kopfes, auf das Hemd, die Bluse getropft ist, dann benutzen Sie bitte Vorwasch-Spray.

Bei intensiver und/oder großflächiger Anwendung von Zistrose-Tinktur auf der Haut achten Sie bitte auf die Kleidung.

Vielleicht ist es besser, dunkle oder schwarze T-Shirts während der Dauer der Anwendungen zu tragen.

Mit der Zeit werden Sie immer sicherer im Umgang mit Ihrer Zistrose.





Die Begriffe Zistrose, Cistus und Cistus Incanus werden in den Dokus und Videos abwechselnd gemeint. Es geht aber immer um die hoch wirksamen Cistus Incanus.

Die Zistrose von Heilsuse.eu weist eine hohe Qualität auf. (Prüfzertifikat / DKGV-Siegel / Lebensmittelqualität)

Lieferungen erfolgen ohne zusätzliche Versandkosten.

Jeder Anwender kann unbefristet den kostenlosen Service durch Telefon oder Email nutzen.

Bitte beachten Sie auch die weiteren Angebote zu Den Edelsteine-Kristall-Flächen (biophysikalische Funktionsmittel für viele Anwendungen) sowie Magnesium-Chlorit vielen Dank für Ihr Interesse.

Ihr Heilsuse-Team.

Service - Tel.: 0221 - 29 85 912

Email: info@Heilsuse.eu

Online-Shop: <http://www.Heilsuse.eu>



Bezugsquelle für reine Zistrose: www.Heilsuse.eu Im Menue "Zistrose" anwählen. Service: info@Heilsuse.eu