

# GEMMOTHERAPIE “Ladrôme”

## WITTE PAARDEKASTANJE (*Aesculus Hippocastanum*)

### Lichte benen, anaal comfort

De WITTE PAARDEKASTANJE is afkomstig van de Balkan en inmiddels sterk verspreid als sierboom in onze streken. Hij is gemakkelijk te herkennen aan zijn handvormige samengestelde bladeren, zijn witte tot roze kaarsvormige bloeiwijzen en zijn bruine bolvormige vruchten die in een stekelige bolster steken.

#### Eigenschappen

**De knoppen van de WITTE PAARDEKASTANJE ondersteunen de terugstroom in de vaten van de benen en van het onderlichaam. Ze worden dan ook vooral ingezet bij zware, lome en vermoeide benen, om blauwe lijnverkleuringen in de benen tegen te gaan en voor een beter anaal comfort.**

**Kan ook ingezet worden bij couperose van het gelaat en ter ondersteuning van een gezonde mannelijke klier.**

## ZWARTE ELS (*Alnus Glutinosa*)

### Geheugen en concentratie

De ZWARTE ELS treffen we vooral op vochtige gronden en aan de rand van rivieren in gure en kille klimaten. Het is een bladverliezende boom met een donkerbruine, diep gegroefde schors en onregelmatige, open kroon.

#### Eigenschappen

**De knoppen van de ZWARTE ELS hebben vooral een bevorderende werking op de circulatie in het hoofd: ze zorgen voor een normale vloeibaarheid. Het geheugen en de concentratie verbeteren en de vaten van de ouder wordende mens worden algemeen beter beschermd.**

**Verlicht hoofdklachten, helpt mee instaan voor een verantwoord urinezuurgehalte en sterke botten.**

## HAZELAAR (*Corylus Avellana*)

### Gezonde en soepele luchtwegen

De HAZELAAR komt van nature voor in Europa, Noord-Afrika en West-Azië. Op het einde van de winter biedt deze brede struik een mooi aanblik door de hangende mannelijke katjes met hun geel stuifmeel. De noot ervan wordt omgeven door een gefranjerde bolster, die de punt van de noot zichtbaar laat.

#### Eigenschappen

**De knoppen van de hazelnotenstruik wordt vooral ingezet voor gezonde luchtwegen. Ze helpen mee instaan voor een normale soepelheid van het longweefsel en helpen verhardingen en verschrompelingen erin te voorkomen. Ze ondersteunen algemeen de circulatie en helpen een normale vloeibaarheid te behouden in de vaten.**

**HAZELAAR bevordert de doorstroming van de onderste ledematen met behoud van een gave huid en strakke onderbenen. Ze kan ook ingezet worden bij sinaasappelhuid.**

## ZACHTE BERK (*Betula Pubescens*)

### Lichaamszuiverend tonicum

Iedereen kent de sierlijke berkenboom met zijn typische, in stroken loslatende zilverwitte schors en zijn gezaagde bladranden. De ZACHTE BERK vertoont een fijne beharing van

takken en bladeren. Hij kruist zeer vaak met de ruwe berk, die opvalt door zijn meer afhangelende takken.

### Eigenschappen

**Berkenknoppen hebben net als het bekende berkenwater een drainerende en ontgiftende werking op ons organisme door een ondersteunende werking op de nieren. Ze ondersteunen ondermeer de eliminatie van overtollig urinezuur en helpen op die manier de gewrichten soepel te houden. Berkenknoppen worden ook ingezet voor sterke botten vanwege de aanbreng van waardevolle mineralen.**

**Berkenknoppen kunnen ingezet worden als een algemeen tonicum: ze helpen zowel geestelijk als fysieke vermoeidheidsverschijnselen op te vangen.**

### **TWEESTIJLIGE MEIDOORN (Crataegus Laevigata)**

#### **Gezonde vaten en drukwaarden**

De TWEESTIJLIGE MEIDOORN is een doornige heester tot kleine boom met blinkend groene, ondiep gelobde bladeren. Ze bloeit in mei met rozerode bloempjes en draagt in het najaar oranje- of rode eivormige, niet-giftige steenvruchtjes.

### Eigenschappen

**De knoppen van de TWEESTIJLIGE MEIDOORN bieden een belangrijke ondersteuning voor het vaatstelsel, vooral bij de ouder wordende mens. Ze ondersteunen de pompfunctie, bevorderen de doorstroming en beschermen de vaatwand tegen dichtslibben. Ze helpen mee instaan voor normale drukwaarden en een stabiel slagritme bij nerveuze kloppingen. Ook oefenen ze een niet onbelangrijke rustgevende werking uit, bevorderen ze een goede nachtrust en helpen ze ons de zaken positiever te bekijken in donkere tijden.**

**TWEESTIJLIGE MEIDOORN helpt de verbranding te regelen en af te slanken.**

### **VIJGENBOOM (Ficus Carica)**

#### **Rustgevend, positieverend**

De VIJGENBOOM is een kleine boom met typische drielobbege bladeren, die een zonnig klimaat met droge zomers verlangt. Deze boom wordt al duizenden jaren in cultuur gebracht en levert met de vijgen lekkere, eetbare vruchten op.

### Eigenschappen

**De knoppen van de VIJGENBOOM hebben een belangrijke rustgevende en harmoniserende werking op onze geest. Ze helpen ons bij negatieve gedachten en in donkere periodes weer opgeruimd tegen de zaken aankijken. Ze laten ons tevens toe beter om te gaan met spanningen en helpen vooral bij lichamelijke gevolgen van stress, zoals spanningsverschijnselen in de spijsvertering. Knoppen van de VIJGENBOOM helpen mee in te staan voor een normale zuurtegraad van de maag.**

**VIJGENBOOM ondersteunt bij overgangsverschijnselen, helpt de behoefte aan zoetheid verminderen en het hongergevoel te regelen.**

### **GEWONE JENEVERBES (Juniperus Communis)**

#### **Gezonde lever en stofwisseling**

De GEWONE JENEVERBES is een groenblijvende struik tot kleine boom met naaldevormige bladeren. De zwarte vruchten zijn schijnbessen die er 3 jaar over doen om te rijpen. Naast zijn medicinaal gebruik, wordt de jeneverbess veel verwerkt in geestrijke dranken.

### Eigenschappen

**De jonge scheuten van de JENEVERBES hebben in de 1<sup>ste</sup> plaats een ondersteunende werking op de eliminatiekanalen van de nieren en de lever. Ze ondersteunen het vochtevenwicht in het lichaam, helpen instaan voor een gezonde blaas en helpen het gehalte aan ureum, urinezuur en andere afvalstoffen regelen. Door de bevorderende werking op de lever wordt de algemene stofwisseling ondersteund en vermoeidheid tegengegaan.**

**GEWONE JENEVERBES kan ook ingezet worden bij sinaasappelhuid.**

### **GEWONE ES (Fraxinus Excelsior)**

#### **Gezond urinezuurgehalte**

De GEWONE ES is een strak omhoog groeiende boom met een rechte stam en een kroon die vrij veel licht doorlaat. Typisch zijn de lichtbruine, afgeplatte vruchten, die zich voordoen als een gevleugeld nootje met één zaad.

### Eigenschappen

**De knoppen van de GEWONE ES bevorderen de drainage van het lichaam via de nieren en helpen hierdoor mee in te staan voor een normaal urinezuur- en ureumgehalte en een evenwichtige vochtbalans. Ze ondersteunen de natuurlijke soepelheid van de gewrichten, beschermen het kraakbeen ervan en brengen ze tot rust.**

**GEWONE ES ondersteunt afvallen bij overgewicht en helpt mee in te staan voor een normaal cholesterolgehalte.**

### **OLIJFBOOM (Olea Europaea)**

#### **Gezonde druk- en cholesterolwaarden**

De OLIJFBOOM is een groenblijvende boom met een schilderachtige groeiwijze en een vaak wonderlijk gewrongen, knoestige stam. Hij draagt smalle, leerachtige, zilvergroene bladeren en levert ons groene tot purperachtig zwarte steenvruchten, de olijven.

### Eigenschappen

**De jonge scheuten van de OLIJFBOOM hebben vooral een gunstige werking op de circulatie. Ze bevorderen een goede vloeibaarheid en vlotte doorstroming, helpen mee in te staan voor een verantwoord cholesterolgehalte en beschermen de vaatwanden tegen dichtslibben. Ze leveren een belangrijke bijdrage tot gezonde drukwaarden.**

**OLIJFBOOM verbetert het geheugen en concentratievermogen en helpt de ouder wordende mens beter bij de zaak te blijven.**

### **BERGDEN (Pinus Montana)**

#### **Sterke botten, soepele gewrichten**

De groenblijvende BERGDEN groeit in het wild op rotsige hellingen en op bergen, vertoont een door de wind geteisterde vorm en wordt maximaal 3,5m groot. Uit harsige knoppen groeien bundels van 2 heldergroene naalden en de boom vertoont 2 à 5cm grote, donkerbruine kegels.

### Eigenschappen

**De knoppen van de BERGDEN voeren waardevolle mineralen aan en helpen in te staan voor sterke botten en gezond gewrichtskraakbeen. Ze bevorderen vooral het soepel bewegen van de gewrichten die door slijtage minder goed functioneren. Combineert goed met ZWARTE BES en RODE WIJNSTOK voor de maximale bescherming van soepele gewrichten.**

**Bevordert het geestelijk evenwicht.**

### **HONDSROOS (Rosa Canina)**

#### **Weerstand, gezonde luchtwegen**

De HONDSROOS of Wilde Roos is een tot 5m hoge struik met haakvormige stekels en witte tot roze bloemen met 5 kroonbladeren. De schijnvruchten ervan, de rozenbottels, staan bekend om hun hoge gehalte aan vitamine C en bioflavonoïden.

#### **Eigenschappen**

**De jonge scheuten van de HONDSROOS verhogen de algemene weerstand en worden vooral ingezet voor gezonde luchtwegen en om de keel te verzachten. Ze combineren goed met de knoppen van de ZWARTE BES bij overprikkelingsverschijnselen van de luchtwegen bij "kwakkelkinderen" die steeds lopen te snotteren.**

**HONDSROOS wordt ook ingezet voor sterke botten, helpt mee in te staan voor soepele bewegingen en ondersteunt de groei bij kinderen.**

### **ZWARTE BES (Ribes Nigrum)**

#### **Overgevoeligheid, ontgiftend**

De ZWARTE BES is een tot 2m hoge struik met 2 tot 6 lobbige bladeren, die in juli en augustus hangende trosjes van 4 à 10 zwarte bessen draagt. De bessen hebben een aparte, vrij zure smaak, zodat ze vooral verwerkt worden in de zoetere cassislikeur en in jam.

#### **Eigenschappen**

**De knoppen van ZWARTE BESSEN worden vooral ingezet om hun regulerende en normaliserende werking op het afweersysteem; vandaar de toepassing bij seizoensgebonden verschijnselen en andere tekenen van een overprikkelde immuunsysteem ter hoogte van de luchtwegen. Zwarte bessenknoppen hebben tevens een belangrijke drainerende werking op het organisme. Ze bevorderen de lichaamsontgifting, helpen zorgen voor een normaal urinezuurgehalte en een normale vochtbalans. Om die redenen worden ze ook veel ingezet voor soepele spieren en gewrichten. Ideaal hierbij is de combinatie met RODE WIJNSTOK en BERGDEN.**

**Er is ook een belangrijke adaptogene werking, waarbij ons organisme wordt ondersteund in perioden van stress, geestelijke en fysieke belasting en tegen vreemde indringers. Vermoeidheid en uitputting krijgen minder kans om toe te slaan.**

### **ROZEMARIJN (Rosmarinus Officinalis)**

#### **Gezonde lever en galwegen**

De ROZEMARIJN is een aromatische, groenblijvende struik met smalle, leerachtige blaadjes en tweelippige bloemen die van wit tot lila kunnen kleuren. Deze kruidige plant kent zeer veel toepassingen in keuken als smaakgever met een houtige en zoete smaak.

#### **Eigenschappen**

**De jonge scheuten van de ROZEMARIJNKNOPPEN hebben een antioxiderende werking op vrije radicalen en beschermen in de 1<sup>ste</sup> plaats de lever. Ze ondersteunen tevens de bewegelijkheid van de galblaas en helpen mee instaan voor een verantwoord cholesterolgehalte. De algemene stofwisseling en de vitaliteit worden bevorderd. ROZEMARIJN stimuleert tevens het geheugen en harmoniseert de geest.**

**Een algemeen ontgiftende werking (ureum, urinezuur) met minder vermoeidheid, het ondersteunen bij een pijnlijke maandelijksperiode bij de vrouw, een beter plascomfort van de ouder wordende man en gezonde vaten.**

## **BRAAMBES (Rubus Fruticosus)**

### **Gezonde luchtwegen, sterke botten**

BRAAMBES is een wijdverbreide Noord-Europese struik die in het wild groeit in bossen en struikgewas. Ze draagt op haar stekelige stengels bij rijpheid lekkere zwarte vruchten met een paars sap.

#### **Eigenschappen**

**De jonge scheuten van de BRAAMBESSTRUIK zijn een algemeen middel voor gezonde luchtwegen en om vrijer te ademen. Er worden vooral resultaten behaald bij langdurige toediening bij chronische klachten. BRAAMBES is ook een belangrijke remedie voor sterke botten, door het steunweefsel ervan te verstevigen.**

**Versterkt de werking van RODE BOSBES op de vrouwelijke organen.**

## **MAMMOETBOOM (Sequoiadendron Giganteum)**

### **Gezond ouder, mannelijke klier**

De MAMMOETBOOM is een tot 90m grote en zeer oud wordende kegelvormige naaldboom, waarvan de stam een doorsnee van 12m kan bereiken. Hij draagt licht stekelige, cipresachtige naalden en heeft een ruwe, diep ingekerfde roodbruine schors.

#### **Eigenschappen**

**De jonge scheuten van de MAMMOETBOOM vormen bij uitstek een tonicum om de affakeling bij de ouder wordende mens af te remmen. Ze geven meer energie en zorgen voor een behaaglijk gevoel van welbevinden. Door hun mineralisatie helpen ze instaan voor sterke botten en dienen hierbij vooral de vrouw na de overgang. Voor de rijpere man is er een ondersteuning van het mannelijk evenwicht en een normaliserende werking op de mannelijke klier, waardoor het plascomfort wordt verbeterd.**

**Bevordert de ontgifting van het organisme en verbetert de weerstand.**

## **FRAMBOOS (Rubus Idaeus)**

### **Vlotte overgang en maandelijkse periode**

De FRAMBOZENSTRUIK is een bladverliezende, tot 1,5m hoge struik van het noordelijk halfrond. Ze levert sappige, aromatische vruchten die doorgaans rood, soms wit of geel zijn.

#### **Eigenschappen**

**De jonge scheuten van de FRAMBOZENSTRUIK zijn vooral een belangrijke remedie voor de vrouw. Ze helpen in de 1<sup>ste</sup> plaats het vrouwelijk evenwicht te herstellen, bieden ondersteuning en ontspanning tijdens de maandelijkse periode en helpen overgangsverschijnselen als warmteopwellingen en nachtzweeten te temperen.**

**Beschermt de vaatwand, bevordert het geestelijk evenwicht, vermindert overprikkelingsverschijnselen in de luchtwegen.**

## **ZILVERLINDE (Tilia Tomentosa)**

### **Rustgevend, bevordert de slaap**

De ZILVERLINDE is van oorsprong een Oost-Europese en Turkse boom, die in tegenstelling tot de ronde kruin van de Winter- en Zomerlinde eerder een piramidale groei kent. Kenmerkend voor deze boom is de witte, viltige onderkant van de bladeren, die als de wind erdoor waait, zorgen voor een zilveren glinstering.

### Eigenschappen

Met de knoppen van de ZILVERLINDE, kunnen we beschikken over een uitmuntend natuurlijk rustgevend middel, dat bovendien heel geschikt is voor kinderen. We worden er kalmer en minder prikkelbaar door, minder overactief en rusteloos en minder gespannen en obsessieel. ZILVERLINDE helpt ons gemakkelijker de slaap te vatten en we kunnen ook beter doorslapen. Er is ook een ontspannende werking bij spanningsverschijnselen in de spijsvertering.

ZILVERLINDEKNOPPEN helpen ook gewrichten tot rust te brengen door een betere beheersing van het urinezuurgehalte. Ze staan bovendien mee in voor een verantwoord cholesterolgehalte en een gezonde vaatwand.

### RODE BOSBES (Vaccinium Vitis-Idaea)

#### **Normale darmtransit**

De RODE BOSBES is een groenblijvend, kruipend dwergstruikje met donkergroene, leerachtige bladeren. Hangende trossen roze, klokvormige bloempjes leveren naderhand bolvormige, levendig rode bessen op.

### Eigenschappen

De jonge scheuten van de RODE BOSBESSENSTRUIK helpen de darmassage te regelen. Ze kunnen zowel ingezet worden bij een te losse stoelgang als om de regelmaat in de darmtransit te verbeteren. Ze helpen het vrouwelijk evenwicht herstellen, werken ondersteunend voor de ouder wordende vrouw tijdens de overgang en bevorderen de afweer van de blaas.

Bevordert de opname van calcium en ondersteunt bij vroegtijdige veroudering van de botten, vermindert prikkeling van de mannelijke klier.

### RODE WIJNSTOK (Vitis Vinifera)

#### **Soepele gewrichten**

De RODE WIJNSTOK is een rankende en houtachtige klimplant met een gedraaide stam, die we vooral kennen als een in cultuur op 1 à 3m hoog gesnoeide plant. De vruchten zijn groene tot paarszwarte bessen.

### Eigenschappen

De knoppen van de RODE WIJNSTOK worden vooral ingezet om onze gewrichten soepel te houden en tot rust te brengen. Ze hebben hierbij vooral een effect op de kleine gewrichten. Ideaal is een combinatie met ZWARTE BES en BERGDEN. Ook ter versteviging van de banden en ligamenten worden ze aangeraden.

RODE WIJNSTOK helpt verhardingen en verschrompelingen van weefsels te voorkomen.

### MARETAK (Viscum Album)

#### **Gezonde druk- en cholesterolwaarden**

De MARETAK of Mistel is een halfparasitair en groenblijvend, bolvormig struikje, dat vooral groeit op bomen met een zachte en sappige schors. Kenmerkend zijn de leerachtige, spatelvormige bladeren en de doorschijnende witte bessen met kleverig vruchtvlees.

### Eigenschappen

De jonge scheuten van de MARETAK hebben een positieve invloed op de circulatie. Ze bevorderen de doorstroming, beschermen de vaatwanden tegen dichtslibben en ouderdomsverschijnselen en helpen mee instaan voor een normaal cholesterolgehalte.

***Er moet aan dit middel gedacht worden voor normale drukwaarden en ter ondersteuning van de pompfunctie.***

***MARETAK biedt zowel steun aan de vrouw in de overgang, als aan de ouder wordende man.***