Hilfe bei Beinbeschwerden:

Bockshornklee:
Ursprünglich stammt der Bockshornklee, der zur Familie der Schmetterlingsblütler gehört, aus China und Indien. Bei uns wurde die bis zu 50cm hohe Pflanze mit hellgelben Blüten in Klostergärten von Benediktinermönchen kultiviert. Verwendung finden hauptsächlich die Samen. Sie enthalten neben Bitter- und Schleimstoffen, Phosphor, Eisen, Saponin und ätherische Öle.
Innerlich als Tee angewandt, wirkt der Bockshornklee durch seine entzündungshemmenden und schleimlösenden Eigenschaften gegen Husten und Bronchitis. Er wird zur Stärkung des allgemeines Wohlbefindens, zur Anregung der Blutbildung, zur Stärkung von Haut und Haaren und bei Bluthochdruck eingesetzt. Eine weitere wichtige Funktion erfüllt er bei Magerkeit und Untergewicht, denn durch die Bitterstoffe regt er den Appetit an.
Äußerlich wird der Samen des Bockshornklees, gekocht und zerstampft, als Umschlag bei entzündeter Haut, ***offenen Beinen*** oder Geschwüren aufgelegt.
Um eine blutreinigende und kräftigende Wirkung zu erzielen, können die Keimsprossen des Bockshornklees, etwa einem Salat beigemischt, verzehrt werden.[1]

Beifussblätter:
Beifussblätter in die Schuhe und Sandalen legen, das soll schon römische Soldaten vor Müdigkeit "geschützt" haben (S.445). Nach großen Wanderungen wirkt ein Fußbad in Beifuss belebend auf die Beine. [2]

Hilfe bei offenen Beinen:
Ein offenes Bein ist ein Ausgangsventil des Körpers für innere Vergiftungen. Bei zu schneller Schließung der Wunde wird sich der Körper ein neues Ventil öffnen und das Wohlbefinden wird beeinträchtigt, eventuell sogar Schwindel und Schwächlichkeit, oder die Wunde bricht erneut auf. Offene Beine müssen von außen UND von innen heilen. Die Bedingungen im Körper müssen auch geändert werden.
-- zuerst eine eventuelle Verstopfung beseitigen: Flohsamen / Psyllium in normalen Fällen, eingeweichte Zwetschgen oder Feigen
-- bei hohem Blutdruck Viscum album / Mistel, Crataegus / Weissdorn und Arnika, so die Arterien regenerieren
-- Nierentätigkeit anregen
-- Venenmittel Aesculaforce aus Rosskastanie, Waldmeister, Arnika, Steinklee, mit Urtica-Kalk-Präparat
->> der allgemeine Zustand verbessert sich sofort und ***Nieren- und Venenbehandlungen von innen*** lassen die Wunde von allein zuheilen.
oder
Behandlung mit Wallwurz-Komplex mit Wallwurz + Hauswurz + Arnika + Solidago/Goldrute + Hamamelis/Zauberstrauch + Sanikel, wirkt äußerlich bei offenen Beinen: Wunde mit Wallwurz-Komplex betupfen, bei starken Schmerzen nur um die Wunde herum betupfen.
oder:
Behandlung mit Kieselerde / Terra Silicea in Form von zerstoßenen Tabletten als Pulver
+ innerlich Hypericum perf. / Johanniskraut und Aesculaforce einnehmen.
einsortieren: gedämpftes Gemüse, Rohsalate, Vollkornprodukte.[3]

---

[1] www.medi-info.de
[2] Quelle: http://www.geschichteinchronologie.ch/med/DrVogel/10_allgemeine-krankheiten.htm
Wahrscheinlich aus: Alfred Vogel: Der kleine Doktor. Hilfreiche Ratschläge für die Gesundheit. Verlag A. Vogel, Postfach, CH-9053 Teufen AR, 66.Auflage 1991
(-> der Artikel, den Palomio daraus zusammengestellt hat, dürfte lauten: (und findet sich auf der oben angegebenen Internetseite): Dr. Vogel: Naturheilkunde mit Gemüse, Früchten, Blumen, Ölen und Milch; 10. Krankheitsbehandlungen: Allgemeine Krankheiten von Michael Palomino).
[3] Quelle: http://www.geschichteinchronologie.ch/med/DrVogel/10_allgemeine-krankheiten.htm
Wahrscheinlich aus: Alfred Vogel: Der kleine Doktor. Hilfreiche Ratschläge für die Gesundheit. Verlag A. Vogel, Postfach, CH-9053 Teufen AR, 66.Auflage 1991
(-> der Artikel, den Palomio daraus zusammengestellt hat, dürfte lauten: (und findet sich auf der oben angegebenen Internetseite): Dr. Vogel: Naturheilkunde mit Gemüse, Früchten, Blumen, Ölen und Milch; 10. Krankheitsbehandlungen: Allgemeine Krankheiten von Michael Palomino).

oligomere Pro(antho)cyanide (=OPC) Hilfe bei schweren/müden Beinen: (s. auch "Durchblutung"):
Die Substanzgruppe der oligomeren Pro(antho)cyanide isolierte Jack Arthur Masquelier zunächst aus der Erdnusshaut, später aus der Rinde von Pinien und aus Traubenkernen. Die Produkte, die Professor Masquelier auf der Grundlage seiner Forschungsaktivitäten entwickelte, sind inzwischen weltweit als Nahrungsergänzungsmittel unter der Bezeichnung „Masquelier's Orginal OPCs-Anthogenol (in Apotheken erhältlich) verfügbar. Diese Pflanzeninhaltsstoffe (die ebenfalls zur Gruppe der Polyphenole gehören) haben einen schützenden Einfluss auf die Gefäße. Als die Frau seines Doktorvaters schwanger war und unter ***geschwollenen Füßen litt***, gab er ihr diese von ihm isolierten Substanzen und – erstaunlicherweise gingen die Schwellungen innerhalb von 48 Stunden deutlich zurück. Prof. Masquellier wies unter anderem nach, dass die oligomeren Pro(antho)cyanide besonders die feinsten Verästelungen unseres Gefäßsystems – die Kapillaren – stärkt. Ist der Widerstand dieser feinen Haargefäße gegen den dort herrschenden Innendruck geschwächt, dann kommt es zum ***vermehrten Austritt von Flüssigkeit, zu Wasseransammlungen, müden und schweren Beinen***, Krampfadern und Cellulitis. Prof. Masquelier untersuchte u.a. aber auch die Wirksamkeit seines OPCs bei ***Durchblutungsstörungen,*** Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, ***Venenerkrankungen*** und Sportverletzungen und meldete zahlreiche Patente an, die auf seinen Untersuchungsergebnissen fußen.[4]

Retterspitzwasser Anno 1902:
schöne und gesunde Beine mit vollständiger Durchblutung der allerfeinsten Kapillaren.[5]

Beifussblätterbei müden Beinen:
Beifussblätter in die Schuhe und Sandalen legen, das soll schon römische Soldaten vor Müdigkeit "geschützt" haben (S.445). Nach großen Wanderungen wirkt ein Fußbad in Beifuß belebend auf die Beine. [6]

Unruhe in den Beinen:
restless legs-Syndrom (möglich: durchblutungsbedingt – arteriell venös, dann Wechselduschen vor Schlafengehen – Kneipp sinnvoll) oder durch Nervenirritationen im Bereich der Lendenwirbelsäule Nervensystem spielt bei restless legs eine Rolle (wenn Unverarbeitetes hochsteigt…)[7]

Verschiedene Ursachen für Schmerzen in den Beinen:
Wenn sich Ihre Beinschmerzen beim Gehen bessern, liegt ein Venenleiden vor. Die Schmerzen, die durch den Rückstau von Blut und den dadurch entstehenden Überdruck verursacht werden, stellen sich meist nach längerem Stehen oder Sitzen ein. Sie fühlen sich mehr wie ein Spannungsgefühl an. Wenn Sie sich bewegen, lässt das unangenehme Gefühl nach. Stechende Schmerzen deuten auf eine Venenentzündung oder Thrombose hin.
Wenn sich Ihre Beinschmerzen im Stehen bessern, sind Ihre Arterien erkrankt. Diese Schmerzen entwickeln sich beim Gehen und können so stark werden, dass Sie immer wieder stehen bleiben müssen. Dann lässt der Schmerz nach. In der Medizin heißt dieses Leiden arterielle Verschlusskrankheit (paVK). Im Volksmund wird es Schaufensterkrankheit genannt, weil die Betroffenen oft vorgeben, sich beim häufigen Stehenbleiben Schaufenster anzuschauen.
Wenn sich Ihre Beinschmerzen beim Sitzen bessern, haben Sie wahrscheinlich ein orthopädisches Leiden. Ist Ihr Kniegelenk beispielsweise durch Verschleiß verändert oder haben Sie ein entzündliches Gelenkleiden, klingen die Schmerzen meist ab, wenn Sie Ihren Bewegungsapparat entlasten, sich also hinsetzen oder hinlegen. Auch Bandscheibenschäden strahlen häufig in die Beine aus.

---

[4] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 128f.
[5] Beipackzettel „Retterspitzwasser 1902"
[6] Quelle: http://www.geschichteinchronologie.ch/med/DrVogel/10_allgemeine-krankheiten.htm
Wahrscheinlich aus: **Alfred Vogel**: Der kleine Doktor. Hilfreiche Ratschläge für die Gesundheit. Verlag A.Vogel, Postfach, CH-9053 Teufen AR, 66.Auflage 1991
(-> der Artikel, den Palomio daraus zusammengestellt hat, dürfte lauten: (und findet sich auf der oben angegebenen Internetseite): Dr. Vogel: Naturheilkunde mit Gemüse, Früchten, Blumen, Ölen und Milch; 10. Krankheitsbehandlungen: Allgemeine Krankheiten von Michael Palomino).
[7] https://www.horeb.org/index.php?id=1445&tx_sicpodcastlist_pi1%5Buid%5D=24884&tx_sicpodcastlist_pi1%5Baction%5D=show&tx_sicpodcastlist_pi1%5Bcontroller%5D=Podcast&cHash=20e684dfab745487e373b712db78e378

Wenn Ihre Beinbeschwerden vorwiegend nachts auftreten und mit Bewegungsdrang verbunden sind, leiden Sie unter dem Restless-Legs-Syndrom. Diese ruhelosen Beine machen sich durch Ameisenlaufen, Kribbeln und ziehende Schmerzen bemerkbar. Die Beschwerden stellen sich im Ruhezustand meist nachts oder abends ein und bessern sich ebenfalls durch Bewegung. Linderung tritt auch ein, wenn die Beine (insbesondere die Unterschenkel) heiß oder kalt gebadet werden.[8]

[8] https://www.fid-gesundheitswissen.de/innere-medizin/venen/