
ZINGIBER OFFICINALE - INGWER



Ingwer (*Zingiber officinale*) ist weltweit einer der verehrtesten Heilkräuter überhaupt. Seit mehreren Jahrtausenden in Indien und China kultiviert worden, hat sich Ingwer als ein **universales Heilmittel gegen Krankheiten aller Art** durchgesetzt. Traditionell wird Ingwerwurzel frisch oder getrocknet angewandt. Beide Formen zeigen stark heilende, aber unterschiedliche Wirkungen auf alle Körpersysteme.

Ingwer ist vor allem als **entzündungshemend** und **stark wärmendes** Kraut bekannt. Er erzeugt **körpereigene Wärme** (Agni) und treibt dadurch Kälte aus dem Körper heraus und bringt ihm zum Schwitzen. Ingwer ist das beste Kraut zur **allgemeinen Stärkung des Immunsystems**, vor allem im Winter wo eine tägliche Einnahme von Ingwer den Körper **ganzheitlich wärmt und stärkt** und allerlei Krankheiten fernhält.

Auf die Verdauung hat diese Wunderpflanze diverse Wirkungen. Ingwer **absorbiert und neutralisiert Gifte und Säuren im Magen** und bringt die Verdauungsflüssigkeiten zum fließen. Dadurch wirkt der getrocknete Kraut zum Einen **Brechreiz-lindernd** und ist ein bewährtes Mittel **gegen durch Erkältung erzeugte Magenschmerzen** und **Durchfälle**. Zum Anderen wirkt das frische Kraut **Magen-stärkend**, verringert gastrische Austritte und ist verdauungsanregend.

Des weiteren gilt Zingiber Officinale als **Herztonikum und senkt den Blutdruck**. Ingwer verringert die Aufnahme von Cholesterin im Blut und in der Leber und trägt so zur Senkung des Cholesteringehaltes bei.

Auch seiner Wirksamkeit bei **Kopfschmerzen** und **Migräne** wurden festgestellt.



In der Ayurveda Alt-Indiens wird eine Ingwerpaste auch auf die Haut aufgetragen um Juckreiz zu lindern und Kopfschmerzen, Nasennebenhöhlenentzündung, Arthrose und Halsschmerzen zu lindern.

Ingwer zeigt auch seine Wirksamkeiten zur Behandlung von Husten und Asthma. Frischer Ingwer in Zusammensetzung mit Knoblauch und Honig ist ein ayurvedischer Mittel gegen Bronchitis und Asthma und hat seine Wirksamkeit bis in die Gegenwart bewiesen. Heisser Dampf von gekochtem Ingwer-Wasser hilft um die Nase frei zu machen und um Schleim im Lungenbereich zu lösen.

ZUR HERSTELLUNG:

Seit 2005 wird auf dem „Land des Medizin Buddhas“, der OneWorld eigenen Kräuterfarm in Nepal unter anderem auch *Zingiber Officinale* erfolgreich angebaut.

Die edlen Ingwer Wurzeln wurden nach biologisch-dynamischen Anbaumethoden angebaut, nach Kontrollen durch IMO Schweiz und Demeter International zertifiziert und dürfen deshalb das **Bio-** und **Demeter Logo** tragen.

Sorgsam handgeerntet und im Schatten schonend getrocknet konnten die Wurzeln ihre wertvollen Inhaltstoffe bewahren.

Ausgesucht wertvolle Pflanzenteile wurden zu edlen Tee-Mischungen vorsichtig vermengt durch: **OneWorld al Nepal**, eine deutsch-nepalesische Kooperation für biologisch-dynamische Landwirtschaft, die sich an **Fair Trade** Prinzipien in Ihrer Handlungsweise orientiert und

Mitglied der International Federation of Organic Agriculture Movements (**IFOAM**) ist.

Wir freuen uns Ihnen hiermit beste Ingwerwurzel als echtes **LOHAS Produkt** anbieten zu können.

ZUR EINNAHME:

Ingwer ist hervorragender Bestandteil unserer **Demeter Kräuter-Teereihen**.

Es findet reichliche Verwendung in den ayurvedischen Sorten:

„**Ingwerwunder**“; „**Drei Ayurvedische Juwelen**“ ; „**Wohlig Warm**“ ;

„**Leichter Leben**“; „**Lamas Kraftquelle**“; „**Vegan mit Elan**“ und „**Braten Fee**“.