

Verschiedene Lösungsmittel, Galenik

Der Begriff Galenik ist auf den griechischen Arzt **Galenos von Pergamon** zurückzuführen.

Als **Galenik** wird die ursprüngliche Lehre der Rezeptur oder Zubereitung sowie Herstellung von Arzneimitteln bezeichnet.

Sie umfasst sowohl die Zusammensetzung aus Wirkstoffen und Hilfsstoffen sowie deren Produktion als auch die Darreichungsform (oral, sublingual, subkutan oder intravenös).

Neben dem Wirkstoff oder mehreren Wirkstoffen enthalten fast alle Arzneimittel Hilfsstoffe ohne eigene pharmazeutische Wirkung wie beispielsweise Stärke.

Hilfsstoffe haben etwa eine Funktion als Füll-, Farb- oder Geschmacksstoff, Konservierungsmittel oder als Stabilisator und Trägersubstanz. Dadurch ermöglichen Hilfsstoffe eine verbesserte Haltbarkeit, angenehmeren Geschmack oder auch eine besser applizierbare Form des Arzneimittels.

Lösungsmittel

Die gebräuchlichsten Lösungsmittel im Haushalt sind **Wasser, Öl, Alkohol, Essig und Honig**. Wichtig ist es auf sehr gute Qualität zu achten! Ebenso auf das richtige Extraktionsmittel für den jeweiligen Wirkstoff.

Das heilkräftige Allantoin der Beinwellwurzel ist in Alkohol unlöslich, aber sehr gut in Öl löslich.

Temperatur und Druck können die Löslichkeit verändern, z.B. lösen sich Gerbstoffe im warmen Wasser besser als im kalten.

Wasser eignet sich gut für die rasche Verwendung, z.B. Tee, Inhalationen, Bäder, Gurgelwasser,....

Bei längerer Lagerung können sich Bakterien und Mikroorganismen leicht vermehren.

Wiesendudler, aromatisiertes Wasser

1-2 Handvoll Blätter und Blüten (Minze, Melisse, Schafgarbe, Giersch, Himbeer-, Erdbeer, Veilchen, Gänseblümchen,....was grad da ist),
evt. noch Zitronenscheiben oder Früchte

in eine Karaffe geben, mit Wasser oder Mineralwasser aufgießen, ein paar Stunden ziehen lassen

Kräutersirup

1-2 Handvoll Pflanzenmaterial, Blüten und/oder Blätter mit 1

L Wasser und Zitronenscheiben für 24 Std. ausgezogen

abseihen, mit 500g bis 1 kg Zucker aufkochen, bis zur gewünschten Konsistenz nicht sprudelnd einkochen lassen, und heiß in Flaschen füllen.

Alkohol kann sowohl fett- wie auch wasserlösliche Stoffe ausziehen, Ausnahme: Allatoin in der Beinwellwurzel.

Der Alkoholanteil im Wasser wird in % angegeben.

Verwendet werden kann Wein, Vodka (ohne Eigengeschmack), Weingeist, Äthanol, Schnäpse (haben Eigengeschmack)

Der Wasseranteil läßt die Zellwände aufquellen, wodurch der Wirkstoff besser ausgezogen werden kann, der Alkoholanteil steigert die Aufnahme mancher Wirkstoffe.

Je härter das Pflanzenmaterial, umso höher der Alkoholgehalt:

Blüten: 30% bis 50% harte Wurzeln: 55% bis 70% Harze:

70% bis 96%

Alkohol ist ein gutes Konservierungsmittel, also lange haltbar, und hemmt die Bildung von Mikroorganismen.

Kräuterauszüge mit Wein werden mit 1 Teil Kräuter, 5 Teilen Wein angesetzt und nach ca. 3 Wochen abgeseiht. Sie können mit Honig gesüßt werden.

Cave: Schwangerschaft, Stillzeit, Kinder, Alkoholismus, Lebererkrankungen —

Fettes Öl ist für alle fettlöslichen Wirkstoffe geeignet, neigt allerdings zu Schimmelbildung! Mit Essig oder Zitronensaft kann man Botulismus vorbeugen. Als Öle eignen sich Olivenöl, Mandelöl, Hanföl, Leinöl,...

Die Kräuter für Öle dürfen nicht nass sein (Öl und Wasser verbindet sich nicht). Vor dem Ansetzen des Öls kann man die Kräuter antrocknen lassen, damit sich das Wasser in den Pflanzenteilen verringert.

Kaltauszug: zerkleinerte Pflanzenteile im kalten oder warmen Öl für 1 bis 3 Wochen ausziehen, abseihen und auspressen, kühl und dunkel lagern. Das komplette Pflanzenmaterial muss mit Öl bedeckt sein, um Schimmelbildung zu vermeiden.

Das **fertige Öl** kann für Salben, Körperöle, Badeöle, Wickel und Auflagen verwendet werden.

Auch in der **Küche** sind schmackhafte Öle gerne gesehen, z.B. Bärlauchöl, Nachtkerzenblütenöl), dabei aber besonders auf Sauberkeit achten (Botulismus, Schimmel)

Heißauszug: 1-2 h die Pflanzenteile bei 80 Grad ausziehen, danach abseihen und auspressen.

Der Vorteil dieser Methode ist, dass es rasch verfügbar ist, aber nur für die äußere Anwendung geeignet ist.

Essig, Apfelessig eignet sich für wasser- und alkohollösliche Stoffe. Er ist auch

ein gutes Konservierungsmittel und wirkt noch dazu basisch. Wenn Bedenken gegen Alkohol bestehen, z.B. bei Kindern, so können die Kräuter auch in Essig ausgezogen werden.

Dazu die zerkleinerten Pflanzenteile im Verhältnis 1:3 für 3 Wochen bei Zimmertemperatur in gutem Essig, wie Apfelessig, einlegen.

Honig eignet sich für wasserlösliche Stoffe. Er enthält einen hohen Zuckeranteil und wirkt daher auch konservierend.

Kräuterhonig kann löffelweise pur eingenommen werden, eignet sich aber auch gut zum Süßen von Milch oder Tee, darf aber nicht über 40 Grad erhitzt werden - Flüssigkeit abkühlen lassen!

Dazu werden die **getrockneten Pflanzenteile** in Honig eingelegt (1 Teil Kräuter, 3 Teile Honig) und für 3 Wochen bei Zimmertemperatur ausgezogen. Alle Teile der Kräuter müssen mit Honig bedeckt sein!

Der Vorteil dieser Methode ist, dass man neben den Wirkstoffen der Kräuter auch noch die Inhaltsstoffe des Honigs hat. Dazu gehören neben Traubenzucker und Fructose auch Mineralien, Aminosäuren, Spurenelemente, Vitamine und Acetylcholin (fürs Herz).

Eine besondere Art ist das **Oxymel**, auch Sauerhonig.

Hierbei werden Honig und Apfelessig gemischt und die Kräuter darin ausgezogen.

je 1 Teil Essig und Kräuter auf 2 Teile Honig (wer es süßer mag kann auch mehr Honig nehmen).

Das Oxymel kann gut mit Wasser gemischt getrunken werden, ein natürliches isotonisches Getränk!

Cave Honig und auch Ahornsirup können Clostridien enthalten! daher sind sie für Kinder unter 3 Jahren, insbesondere aber Säuglinge, nicht geeignet!

Milch löst äth.Öle und fettlösliche Stoffe., kann aber nur frisch verwendet werden.

Sole, also eine Salz-Wasser-Lösung, löst wasserlösliche Stoffe und eignet sich zur Stabilisierung und Konservierung.

Wasser kann 26 % Salz aufnehmen, dann ist es gesättigt.

Auf 100 ml Wasser kommen ca. 36 g Salz. Das Wasser nimmt 26 % auf, der Rest bleibt am Boden des Gefäßes liegen.

1 Teil Pflanzenmaterial auf 10 Teile Sole, 3 Wochen ausziehen

Sole eignet sich für die innere und äußere Anwendung und kann wie eine alkoholische Tinktur verwendet werden.

In der **Gemmo-Therapie** werden die Knospen in einer hochprozentigen Alkohol-Glycerin-Mischung ausgezogen.

1 g Knospen

10 g Glycerin

10 g Alkohol

6 Wochen stehen lassen, abseihen

Die benötigte Menge vor dem Gebrauch 1:5 oder 1:10 mit Wasser mischen. Da nicht schon beim Ansetzen Wasser dazu gegeben wird, erhöht sich die Haltbarkeit auf ca. 2-3 Jahre. (nach Christel Ströbel) —————

Milchzuckerverreibung ist besonders für Kinder geeignet. Pflanzenteile werden mit Milchzucker fein zerrieben und in eine Flüssigkeit eingerührt.

Die **Kraft der Kräuter** kann man sich auch noch durch weitere Verfahren zunutze machen.

Duftsäckchen, Räuchern, Frischpresssäfte, feine Blüten in Zucker eingelegt, Kräutersalz, aromatische Blätter, wie z.B. Zitronenmelisse oder Pfefferminze, zu Marmeladen, Sirup, Gelee,

In der Küche zum verfeinern von Speisen, Aufstrichen, Salaten,... ob kandiert, fermentiert, destilliert, der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt! in der Kosmetik zu Salben, Cremes, Shampoo, Badeöl, Lippenpflege, uvm.