

Cayenne

Cayenne wird seit Jahrhunderten als medizinisches und kulinarisches Kraut benutzt.

Traditionell wird Cayenne benutzt, um den Kreislauf zu stabilisieren, das Blut zu reinigen und um das Herz zu stärken. Er wirkt sich positiv aus bei Arthritis, Blutungen, Durchblutungsstörungen, Bluthochdruck, Diabetes, Geschwüren, Tumoren, unterstützt die Nieren, die Bauchspeicheldrüse, die Lungen und vieles mehr. Es gibt Kräuterspezialisten, die Cayenne für das nützlichste Kraut im ganzen Pflanzenreich halten.

Die Pflanze wurde von Kolumbus und anderen Seefahrern aus Indoamerika nach Europa gebracht, und später auch aus Indien importiert. Je schärfer der Cayenne ist, um so wirksamer ist er auch. Oft wird Cayenne mit geringer Schärfe angeboten, weil er nicht so teuer ist. Hinsichtlich der Wirksamkeit sollte man ein Produkt mit der Schärfe 30,000 HU bevorzugen.

Wegen der natürlichen stimulierenden Wirkung von Cayenne bekommen einige Leute eine harmlose brennende Empfindung einige Minuten nach der Einnahme – einige Apfelstücke oder etwas Papaya bringt das normalerweise in Ordnung. Cayenne sollte man auch immer zum Essen nehmen und nicht auf nüchternen Magen anwenden.

Traditionelle Indikationen

Asthma, schlechter Atem, Blutungen, Krämpfe, grippale Infekte, Blähungen, Gicht, Herzprobleme, inkorrekt Blutdruck, Magen- und Darmbeschwerden, Verdauungshilfe, Problemen mit der Bauchspeicheldrüse, Rheuma, Krampfadern. Es werden auch Erfolge bei akuten Herzbeschwerden, ja sogar bei Herzattacken gemeldet. Regelmäßig angewandt stärkt Cayenne die Abwehrkräfte und lindert Frösteln, da er wärmt und den Blutkreislauf anregt. Cayenne ist reich an Vitamin A, C, PP, B-Komplex, Carotin, Kalzium, Kalium, Phosphor und Eisen. Er gleicht den Blutdruck aus, verbessert die Gerinnungsfähigkeit des Blutes, wirkt antibiotisch und antiviral, fördert den Leberstoffwechsel und den Gallenfluss. Jüngste Untersuchungen lassen vermuten, dass Cayenne bei Gürtelrose und Migräne schmerzstillend wirkt.

Cayenne ist die beste pflanzliche Hilfe für die Blutzirkulation und kann regelmäßig eingenommen werden. Es gibt keine andere Pflanze, die so schnell, stark und vollständig den Blutfluss anregt.

Wirkungen:

anregend, stärkend, blähungstreibend, schweißtreibend, antiseptisch, schmerzlindernd, lindert Muskelkrämpfe, steigert den Blutstrom in die Haut

Capsaicin ist für die Anregung des Blutkreislaufs und die Veränderung der Temperaturregulierung verantwortlich. Als Salbe auf die Haut aufgetragen, macht Capsaicin die Nervenenden unempfindlich und lindert so Schmerzen. Capsaicin hat vermutlich antibiotische Wirkung.

Vitamin C und Beta-Carotin als Antioxidanzien können der Zellschädigung vorbeugen und Entzündungen in Schach halten.

Wärmeeigenschaften: Die erwärmende Wirkung macht Cayenne zum wertvollen Mittel bei schwachem Kreislauf. Er verbessert besonders den Blutfluss zu Händen und Füßen und zu den wichtigen Organen, indem es die Kapillaren erweitert.

Innere Anwendung: Man verwendet Cayennepfeffer bei Blähungen und Koliken und um die Sekretion der Verdauungssäfte anzuregen. Er verhindert, dass sich Infektionen im Verdauungstrakt einnisten können und bekämpft bestehende Infekte. Bei Angina ist eine Prise Cayennepfeffer in etwas Zitronensaft und Honig verrührt und mit warmem Wasser verdünnt ein ausgezeichnetes Gurgelmittel. Bei manchen Arten von Durchfall wirkt es ebenfalls positiv. Dr. I. Ziment, Medizinprofessor an der Universität von Kalifornien, Los Angeles, hält Cayenne für ein natürlich abschwellendes und schleimlösendes Mittel (gegen Erkältungen und Nasennebenhöhlenentzündungen).

Äußerliche Anwendung: Auf die Haut aufgetragen, wirkt Cayenne mild schmerzstillend. Man kann ihn bei noch geschlossenen Frostbeulen anwenden und traditionell wird er in Socken von denjenigen gestreut, die ständig mit kalten Füßen zu kämpfen haben.

Er gilt ebenso als hautreizendes Mittel, das den Blutfluss zu der behandelten Stelle verstärkt, so dass er bei Arthritis hilft, Stoffwechselrückstände aus dem Gewebe zu entfernen und Nährstoffe zuzuführen. Achtung: Zu große Mengen können die Magenschleimhaut auch reizen, am besten nicht nüchtern sondern zu einer Mahlzeit einnehmen.