

Kirschensaft als natürliches Heilmittel gegen Schmerzen und Entzündungen

Im Winter 2014 hatte ich seit über einem halben Jahr beim Liegen so starke Schmerzen im Hüftbereich, dass ich weder auf der rechten noch der linken Seite liegen und schlafen konnte. Der Schmerz zog zudem das ganze Bein hinunter. Es war meiner Ansicht nach eine Kombination zwischen einer leichten, schon bestehenden Hüftarthrose (bemerke ich jeweils nach stärkerer Belastung wie Wanderungen) und einer Entzündung des Ischiasnervs, was meine Schwester (Ärztin) als Hauptursache angesehen hat. Vermutlich waren auch die Muskeln um das Hüftgelenk herum verspannt oder entzündet auf Grund einer Verkrampfung.

Weil Kirschen allgemein als leicht schmerzlindernd und entzündungshemmend bekannt sind, aber zu dieser Jahreszeit keine frischen Kirschen erhältlich waren, besorgte ich mir 100% reinen Kirschensaft bei der Firma E. Brunner AG in Steinmaur.

Ich habe konsequent **täglich drei mal ein halbes Glas Kirschensaft à ca. 1 dl getrunken**. Weil mir der konzentrierte Saft fast zu süß ist, habe ich das halbvolle Glas in der Regel mit warmem Wasser aufgefüllt, was eine Art schmackhaften Kirschen-Tee ergibt.

Die Wirkung war erstaunlich! Nebst der **sofortigen, deutlich wahrnehmbaren Schmerzmilderung** stellte sich nach und nach eine Besserung ein, bis **nach einem Monat die Nervenschmerzen und Hüftschmerzen komplett verschwunden** waren.

Tipp:

Wenn ich Kopfweh habe, nehme ich seither als erstes ein Glas Kirschensaft, was in der Regel reicht, um die Schmerzen auf ein erträgliches Mass zu dämpfen oder sie ganz verschwinden zu lassen.

Ich möchte noch darauf hinweisen, dass Kirschensaft sehr gut verträglich ist. Ein Freundin mit extrem empfindlichem Magen hat ihn bei uns getestet und war begeistert davon.

F. S., Büren an der Aare, 22. 10. 2015