

Att behandla Allergi med örter, örtpreparat och läkesvampar

Örterna nedan kan användas mot luftvägsallergi tex. Hösnuva, Rhinit och immunförsvars problem

Anti-allergiska Örter mot Akuta Symtom av Allergisk Rhinit. Eukalyptus, Fläderblommor, Ingefära (ska vara färsk), Kanelstänger, Kattmynta är en mycket bra ört, Ögontröst (anses mycket bra), Rölleka (anses mycket bra).

Anti-allergiska Örter som också är Avspännande, lugnande och dämpar Ångest, Nervositet etc. vid Akuta symtom. Citron-Melliss, Gullviva Blomman, Lavendel, Lind-Blommor, Kamomill, Kattmynta (speciellt bra på avspänning).

Antiallergiska Örter som samtidigt öppnar Bröstet och förbättrar Lungfunktionen, vid Akuta symtom är: Isop mycket bra, Sidenört är kraftfull (*Asclepias tuberosae*), Tall-barr. Timjan. Kungsljus är mycket bra om det finns torra luftrör.

Anti-allergiska Örter som är bra vid mycket Katarr, puffighet, vätskeansamling etc. bra även vid Inflammation, Infektion osv. Gullris (bra ört är även diuretisk), Svart-kämpar (är en starkare typ av Groblad). De är också bra när finns Hudproblem. De kylande örter bäge två.

Örter som höjer Immun-försvaret och samtidigt behandlar Toxiska tillstånd, Infektioner, Inflammationer, Feber etc. är tex. Baptisia, Echinea (bra även om finns Hud-problem), Kanadensisk Gulrot (specifikt bra om det finns Tarm och Maginflammationer, Leveproblem, Hudproblem men är mycket bitter/kall och använd därför ej mer än 14dgr i taget och gör sedan ett uppehåll på ett par veckor), Maskrosrot, Kermesbär (är något Toxiska och används ej mer än 14 dgr. i taget), Stor Kardborre rot, Styvmors-Viol och även Vitlök som är värmande, upphettande används en hel del.

Örter som tonifierar och stärker Immunförsvaret är: Amerikansk Ginseng, Rysk Rot, Astragalus, Ålandsrot. Lakritsrot. Havre och Kvanne är bra vid avkyldhet och dåligt fungerande Matmältning. Finns också kroniska eller ständigt återkommande infektioner är det bra att använda läkesvampar som: Reishi, Coriolus, Agaricus, Cordyceps, Maitake, Shiitake. Det finns också två kombinationer av läkesvampar speciellt gjord för bla. immunförsvarsproblem PS-Komplex och IS-Komplex fördelen med Läkesvampar är att de kan tas även när det finns akuta problem (Örter som Ginseng, Rosenrot etc. har en tendens att blåsa upp infektioner under den akuta fasen).



Örter som tonifierar/Astringerar och stärker Immunförsvar: Salvia är bra även att stärka med, Scizandra är en ört som också har en värmande och sammandragande effekt.

Örter som stärker blod vilket ofta behövs vid Allergi är: Alfalfa (dvs. örten ej groddarna), Källfräne och Vattenkrasse (har egenskaper som stärker immunförsvaret) Nässlor (bra vid Hösnuva, Rhinit) Vetegräs (anses ha mycket goda stärkande egenskaper), Kelp (stärker Immunförsvaret men se upp så inte tar för länge innehåller mycket Jod och kan ge Jod-förgiftning). Det anses även att Gurkörts olja och Jättenattljus olja har Anti- allergiska egenskaper.

Några exempel på Örtkombinationer mot Allergisk Rhinit: Rysk rot + Salvia + Scizandra är bra för att tonifiera och Astringera. Nässlor + Alfalfa bra för att stärka Blod. Rölleka + Fläder-blommor + Ögontröst + Lakrits bra vid akuta symtom. Lavendel eller Citron-Melliss eller Gullviva bra för avspänning och lugn. Isop bra för att stärka och få igång Lung-funktionen. Om det finns Hudproblem som eksem eller liknande: är Echinea + Styvmorsviol + ev. Svart-kämpar bra för Hudproblem. Astragalus + Nässlor stärker Vitalitet och Blod + är bra för Huden. Fläder-blommor + Ögontröst + Rölleka + Lakrits bra för akuta symtom. För att stärka Immunförsvar mellan Akuta utbrott av Allergi: är Rysk rot + Astragalus + Rölleka + Scizandra + Nässlor + Kamomill + Lakrits en användbar kombination. Det går bra att lägga ihop olika kombinationer ovan om man har flera problem samtidigt som tex. Rhinit och eksem beroende på allergi.

Ovanstående örter kan också prövas genom att man tar 1 ört från varje kategori som är relevant och när man summerar ihop örterna som man valt så så är det lagom om man får en sammanlagd dagsdos på 15-30g som man fördelar på 2-4 doser under en dag (Man kan göra för 1-4dagar och ha i kylan maximalt 5 dagar när man inte använder dekokten man gjort). I vissa fall om allergien kompliceras med luftvägsinfektioner kan behövas 45-60g av örterna under en dag.

