

Gute Gründe, Kokosnussöl als natürliches Heilmittel zu verwenden

JB Bardot – Kopp-Verlag – 2012-06-17

Die Kokosnuss ist ein unglaublich vielseitiges Superfood, in dem sich Nährstoffe und medizinischer Nutzen auf sehr schmackhafte Weise verbinden. Kokosnüsse sind vollkommen natürlich, überall erhältlich und preiswert, jeder Teil der Frucht kann genutzt werden.

Verwendung des Wassers der grünen Kokosnuss:

- Es ist eine natürliche, gesunde Flüssigkeitsquelle, die Energie und Ausdauer verleiht – das ideale Sportgetränk also.
- Es ergänzt Elektrolyte nach dem Sport, nach Durchfall oder wenn Sie sich übergeben mussten.
- Es besitzt antiseptische Eigenschaften, enthält antivirale und antimykotische Wirkstoffe zur Blutreinigung.
- Es ist wirksam gegen Masern, Herpes, Grippe, AIDS, SARS, Hepatitis C...
- Es kann [in entlegenen Regionen] für eine Notfalltransfusion genutzt werden, da es in seiner Zusammensetzung dem menschlichen Plasma ähnelt.
- Es dient zur Prävention von Erbrechen und Übelkeit, ersetzt verlorene Flüssigkeit bei Malaria, Typhus, Grippe...
- Man verwendet es als natürliches Entgiftungsmittel, eine Mischung aus Kokosnusswasser und Olivenöl befreit von Darmparasiten.

Medizinische Verwendung:

- Kokosnussöl aus erster Pressung schmeckt und riecht wie Kokosnuss. Expeller-gepresstes Kokosnussöl ist geruchs- und geschmacklos, beide Sorten können medizinisch verwendet werden.
- Es tötet Bakterien, die Harnwegsinfektionen, Tripper und Zahnfleischentzündungen hervorrufen, sowie Staphylokokken, MRSA...
- Es wirkt gegen Pilze, die Candida verursachen.
- Es tötet Erreger von Grippe, Infektionskrankheiten, Typhus, HIV-Infektionen...
- Es hemmt das Wachstum von Parasiten wie Bandwürmern, Leberegel, Giardia...
- Es wirkt lindernd bei Säure-Reflux und Reizung der Gallenblase.
- Der Verzehr des Öls stärkt die Darmtätigkeit und wirkt der Bildung von Hämorrhoiden entgegen.
- Es lindert und heilt bei Darmbeschwerden, Geschwüren, Colitis, Reizdarmsyndrom und Morbus Crohn.
- Es stabilisiert Blutzucker und Insulinbildung.
- Es lindert Neuropathien und Juckreiz bei Diabetes.
- Es schützt vor Osteoporose und mindert die Beschwerden bei Mukoviszidose.
- Es steigert die Absorption von Magnesium und Kalzium, stärkt dadurch die Knochen.
- Es mindert die Entzündung von Gelenken und Muskeln, unterstützt die Gewebereparatur.
- Es balanciert die Schilddrüsenfunktion.
- Es schützt vor Darm- und Brustkrebs sowie Krebserkrankungen des Verdauungstrakts.
- Mittelkettige Fettsäuren (MCFA) schützen vor der Entwicklung der Alzheimer-Krankheit.
- MCFA stärken Herz und Kreislaufsystem, schützen vor Arteriosklerose und Herzkrankheiten.
- Es verhindert die Oxidation von Fettsäuren.
- Es liefert Antioxidantien gegen freie Radikale, bremst den Alterungsprozess und das Fortschreiten degenerativer Erkrankungen wie Arthritis.
- Es lindert die Symptome des Chronischen Erschöpfungssyndroms.
- Es senkt die Häufigkeit und Intensität epileptischer Anfälle.
- Es stabilisiert die weiblichen Hormone, reduziert Hitzewallungen und Trockenheit der Scheide in den Wechseljahren.
- Es mindert die Symptome einer Prostatavergrößerung.
- Es stärkt die Leber, schützt vor einer Degeneration.
- Gemischt mit Knoblauch und Olivenöl wirkt es lindernd bei Ohrenschmerzen.

Äusserliche Anwendung von Kokosnussöl:

- Es bildet einen Film auf der Haut zum Schutz vor und Heilung bei Infektionen.
- Die äusserliche Anwendung lindert Schmerzen und Schwellungen bei Hämorrhoiden.
- Es glättet trockene Haut und versorgt sie mit Flüssigkeit.
- Es reduziert Tränensäcke, Schwellungen und Falten im Augenbereich.
- Es verringert Auftreten und Sichtbarkeit von Krampfadern.
- Es bereitet die Haut auf die Rasur vor.
- Gemischt mit Backnatron ergibt es eine wirksame Zahnpasta.
- Es wirkt beruhigend bei sonnenverbrannter Haut und fördert die Heilung von Verbrennungen und Blasen.
- Es heilt Läsionen bei Schuppenflechte und Ekzemen.
- Es stoppt Schmerzen, Brennen und Jucken nach Insektenstichen und Schlangenbissen.
- Nach Kontakt mit Giftahorn und Gifteiche verhindert es Jucken und Brennen.
- Es fördert einen festen Hauttonus, verhindert die Bildung von Altersflecken und Falten.
- Es befreit von Kopfläusen.
- Es eignet sich hervorragend als Makeup-Entferner.
- Es heilt Nagelpilz unter Fuß- und Fingernägeln.
- Es verhindert Nasenbluten durch die Bildung eines leichten Films in den Nasenhöhlen.
- Aus Kokosnussöl, Maisstärke und Backnatron lässt sich ein wirksames Deodorant herstellen.
- Es ist ein hervorragendes Massageöl, Gleitmittel und Sonnenschutzmittel.
- Es eignet sich als Haarspülung, verhindert Spliss, glättet die Haaroberfläche, wirkt ausgleichend bei Schuppenbildung.
- Es bringt Narben und Schwangerschaftsstreifen zum Verschwinden.
- Bei Babys lindert es Hautreizung durch Windeln und beseitigt Milchschorf.

Gesunde Ernährung mit Kokosnussöl:

- Es erleichtert die Absorption von Nährstoffen und führt zu besserer Verdauung.
- Es liefert rasch Energie, regt den Stoffwechsel an.
- Es stellt umgehend Energie zur Verfügung und wird nicht in Form von Körperfett abgelagert.
- Es erhöht die Stoffwechselrate, stabilisiert das Gewicht und wirkt Heisshungerattacken entgegen.
- Bei stillenden Müttern steigert es die Milchproduktion.
- Selbst bei hohen Brat-, Koch- und Backtemperaturen bildet es keine Schadstoffe.

