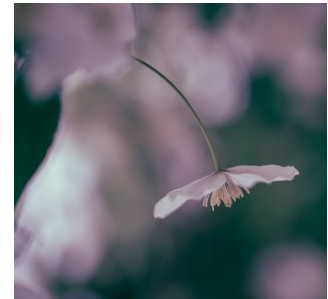
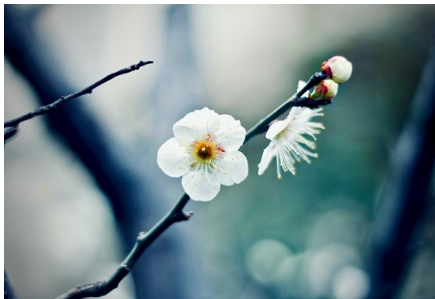


## Bach-Blüten - Essenzen für die Seele

Ihren Namen verdanken die Bach-Blüten dem englischen Arzt Dr. Edward Bach (1886 – 1936). Er wollte mit den von ihm entwickelten 38 Blütenessenzen allen Menschen die Möglichkeit geben, in psychisch schwierigen Situationen sich selbst zu helfen. Seiner Ansicht nach schwächten negative Gemütsverstimnungen wie Ängste, Aggressionen, Verzweiflung, Schuldgefühle etc. und ein seelisches Ungleichgewicht das Immunsystem und waren somit ein Grund, dass die Menschen krank wurden.



Die Bach-Blüten sind ähnlich wie homöopathische Therapeutika feinstoffliche Mittel. Sie wirken auf die Psyche und helfen, den Kontakt zur Seele wieder herzustellen. Dadurch beeinflussen sie unser Gemüt und Verhalten.

### Wann eignet sich eine Therapie mit Bach-Blüten?

- zur Unterstützung im Notfall und in Schocksituationen
- bei akuten seelischen Belastungen
- im Alltag in verzwickten Situationen
- bei langanhaltenden Stimmungstiefs und negativen Gefühlen
- zur Stärkung der inneren Harmonie
- Kinder: in der Trotzphase, bei Lernschwierigkeiten und Prüfungsangst
- Tiere: Angst, Nervosität, Heimweh ...
- Pflanzen: zum besseren Gedeihen

Die Bach-Blütenessenzen sind in der Fraunhofer Apotheke als einzelne Fläschchen, den sog. Stock Bottles, oder als komplettes Set erhältlich. Sie werden einzeln oder in Kombination von bis zu max. 7 unterschiedlichen Blüten als Gemisch eingenommen. Außerdem führen wir das Rescue-Remedy Programm (Tropfen, Salbe, Bonbons). Als besondere Spezialität entwickelten wir unsere Hausmischung.

## **„Bachblütenmischung zur Stärkung des Allgemeinbefindens“**

Ulme, Eiche Weißbuche, Olive für 10,95€

### **Information zur Einnahme von Bach-Blüten**

Die Bach-Blüten-Therapie hat das Ziel, uns durch Wiederherstellung unseres seelischen Gleichgewichts wieder Anschluss an die eigenen seelischen und körperlichen Selbstheilungskräfte finden zu lassen. Die Bach-Blüten können zur Vorbeugung gegen körperliche Krankheiten und zur Unterstützung einer fachgerechten medizinischen oder psychologischen Behandlung dienen, diese aber nicht ersetzen.

Wenn nicht anders verordnet, beträgt die Standard-Einnahmemenge mindestens 4-mal täglich 4 Tropfen aus der Einnahmeflasche, z.B.

- morgens zuerst ca. 10 Minuten nach dem Zähneputzen oder vor dem Frühstück
- mittags um 12.00 Uhr auf leeren Magen
- nachmittags gegen 17.00 Uhr auf leeren Magen
- abends zuletzt ca. 10 Minuten nach dem Zähneputzen

Abweichend vom o.g. Schema sind die Zubereitung und Einnahme der Rescue-Tropfen. Man gibt 4 Tropfen aus der Stockbottle in ein kleines Glas mit Wasser und trinkt diese Mischung in kleinen Schlucken über einen Zeitraum von ca. 15 Minuten verteilt bzw. so lange, bis der gewünschte Effekt erreicht ist. Wenn nötig, ein zweites Glas zubereiten. In Situationen, in denen keine Flüssigkeit verfügbar ist, kann man die Rescue-Tropfen auch direkt aus der Stockbottle auf Lippe, Schläfen, Handgelenke oder in die Ellenbeuge träufeln.

Die Haltbarkeit der Lösung in der Einnahmeflasche richtet sich nach dem jeweiligen Konservierungsmittel. Wurde mit Alkohol konserviert beträgt die Aufbrauchfrist bei korrekter Lagerung 4 bis 5 Monate, bei Konservierung mit Obstessig 3 Monate und ohne Konservierung 14 Tage. Diese Einnahmehilfe und Haltbarkeitsinformation soll als Orientierungshilfe dienen. Sie erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Maßgebend ist die Dosierungsvorschrift des Arztes bzw. Heilpraktikers.

## Bach-Blüten-Analyse

Kreuzen Sie auf einer für Sie ausgearbeiteten Liste Ihre ganz persönlichen und der jeweiligen Lebenssituation entsprechenden Aussagen an und lassen Sie uns Ihre individuelle Bach-Blüten-Mischung herstellen!

	Seelenzustände	Korrespondierende Pflanze
1	Man versucht, quälende Gedanken und innere Unruhe hinter einer Fassade von Fröhlichkeit und Sorglosigkeit zu verbergen	Agrimony, Odermenning
2	Man hat unerklärliche vage Ängstlichkeiten, Vorahnungen; geheime Furcht vor irgendeinem drohenden Unheil	Aspen, Zitterpappel
3	Man verurteilt andere ohne jedes Mitgefühl, ist überkritisch und wenig tolerant	Beech, Rotbuche
4	Man kann nicht „nein“ sagen; Schwäche des eigenen Willens; Überreaktion auf die Wünsche anderer	Centaury, Tausendgüldenkraut
5	Man hat zu wenig Vertrauen in die eigene Meinung	Cerato, Bleiwurz
6	Es fällt schwer innerlich loszulassen; man hat Angst vor seelischen Kurzschlußhandlungen; unbeherrschte Temperamentsausbrüche	Cherry Plum, Kirschpflaume
7	Man macht immer wieder die gleichen Fehler, weil man seine Erfahrungen nicht wirklich verarbeitet und nicht genug daraus lernt	Chestnut Bud, Knospe der Roßkastanie
8	Man erwartet von seiner Umgebung volle Zuwendung und bricht in Selbstmitleid aus, wenn man seinen Willen nicht bekommt; Besitzergreifende Persönlichkeitshaltung, die sich gerne einmischt und manipuliert	Chicory, Wegwarte
9	Man ist mit den Gedanken ganz woanders; zeigt wenig Aufmerksamkeit für das, was um einen herum vorgeht	Clematis, weiße Waldrebe
10	Man fühlt sich innerlich oder äußerlich beschmutzt, unrein oder infiziert; Detailkrämer	Crab Apple, Holzapfel
11	Man hat das vorübergehende Gefühl, seiner Aufgabe oder Verantwortung nicht gewachsen zu sein	Elm, Ulme
12	Man ist skeptisch, zweifelnd, pessimistisch, leicht entmutigt	Gentian, Herbstenzian
13	Man ist ohne Hoffnung, hat resigniert; „es hat doch keinen Zweck mehr“-Gefühle	Gorse, Stechginster
14	Man ist selbstbezogen, völlig mit sich beschäftigt, braucht viel Publikum; „das bedürftige Kleinkind“	Heather, Schottisches Heidekraut
15	Man ist gefühlsmäßig irritiert; Eifersucht, Misstrauen, Hass- und Neidgefühle	Holly, Stechpalme
16	Man hat Sehnsucht nach Vergangenem; Bedauern über Vergangenes; man	Honeysuckle, Jelängerjelier

	lebt nicht in der Gegenwart	
17	Man glaubt, man wäre zu schwach, um die täglichen Pflichten zu bewältigen, schafft es dann aber doch	Hornbeam, Weißbuche
18	Man ist ungeduldig, leicht gereizt, zeigt überschießende Reaktionen	Impatiens, Drüsentragendes Springkraut
19	Man hat Minderwertigkeitskomplexe; Erwartungen von Fehlschlägen durch Mangel an Selbstvertrauen	Larch, Lärche
20	Man ist schüchtern, furchtsam, hat viele kleine Ängstlichkeiten	Mimulus, Gefleckte Gauklerblume
21	Perioden tiefer Traurigkeit kommen und gehen plötzlich ohne erkennbare Ursache	Mustard, Wilder Senf
22	Man fühlt sich als niedergeschlagener und erschöpfter Kämpfer, der trotzdem tapfer weitermacht und nie aufgibt	Oak, Eiche
23	Man fühlt sich ausgelaugt und erschöpft; „Alles ist zuviel.“	Olive, Olive
24	Man macht sich Vorwürfe, hat Schuldgefühle	Pine, Schottische Kiefer
25	Man macht sich mehr Sorgen um das Wohlergehen anderer Menschen als um das eigene	Red Chestnut, Rote Kastanie
26	Man ist in innerer Panik; Terrorgefühle	Rock Rose, Gelbes Sonnenröschen
27	Man ist hart zu sich selbst; hat strenge oder starre Ansichten, unterdrückt vitale Bedürfnisse	Rock Water, Wasser aus heilkräftigen Quellen
28	Man ist unschlüssig, sprunghaft, innerlich unausgeglichen; Meinung und Stimmung wechseln von einem Moment zum anderen	Scleranthus, Einjähriger Knäul
29	Man hat eine seelische oder körperliche Erschütterung noch nicht verkraftet; „Der Seelentröster“	Star of Bethlehem, Doldiger Milchstern
30	Man glaubt, die Grenzen dessen, was ein Mensch ertragen kann, seien nun erreicht; Innere Ausweglosigkeit	Sweet Chestnut, Edelkastanie
31	Im Übereifer, sich für eine gute Sache einzusetzen, treibt man Raubbau mit seinen Kräften; reizbar bis fanatisch	Vervain, Eisenkraut
32	Man ist eine starke Persönlichkeit, dominierend, ehrgeizig; will unbedingt seinen Willen durchsetzen	Vine, Weinrebe
33	Man lässt sich verunsichern; Beeinflussbarkeit und Wankelmut während entscheidender Neubeginnphasen im Leben	Walnut, Walnuß
34	Man zieht sich innerlich zurück; isoliertes Überlegenheitsgefühl	Water Violet, Sumpfwasserfeder
35	Bestimmte Gedanken kreisen unaufhörlich im Kopf, man wird sie nicht wieder los; innere Selbstgespräche und Dialoge	White Chestnut, Weiße Kastanie
36	Man ist unklar in seinen Zielvorstellungen, innerlich unzufrieden, weil man seine Lebensaufgabe nicht findet	Wild Oat, Waldtrespel
37	Man fühlt sich apathisch, teilnahmslos; Innere Kapitulation	Wild Rose, Heckenrose
38	Man ist verbittert, grollt und fühlt sich als „Opfer des Schicksals“	Willow, Gelbe Weide

## Ihre Münchner Wohlfühlapotheke

Spezialisten für Phytotherapie · Homöopathie · TCM · Nahrungsergänzung · Rezepturherstellung



39	Man ist durch Schreck und schockierende Erlebnisse aus dem Gleichgewicht gekommen; Man ist in innerer Spannung, weil Aufregendes bevorsteht	Rescue, 1. Hilfe-Tropfen (Cherry Plum, Clematis, Impatiens, Rock Rose, Star of Bethlehem)
----	---	---

Fraunhofer Apotheke · Dr. Stephanie Schaffer

Fraunhoferstr. 38 | 80469 München | T: 089 202 39 296 | F: 089 201 23 27 | E: [info@fraunhoferapotheke.de](mailto:info@fraunhoferapotheke.de)  
[www.fraunhoferapotheke.de](http://www.fraunhoferapotheke.de)