Heilkraft aus dem Honigtopf

Autor(en): **[s.n.]**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **51 (1994)**

Heft 2: **Auf natürlichem Weg zur Fruchtbarkeit**

PDF erstellt am: **16.05.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-557502

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

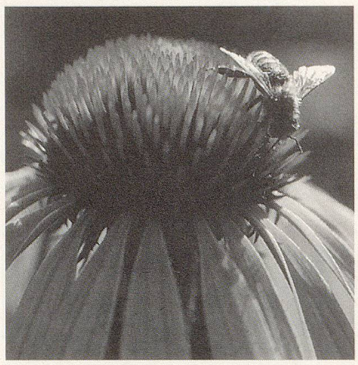
Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Heilkraft aus dem Honigtopf



Die Biene erzeugt auf der ganzen Erde einen guten Honig, wenn der Standort gut ist. Ob die Qualität zum Tragen kommt, hängt von der Behandlung durch den Menschen ab.

Dass etwas Süsses gesund sei, hört man selten. Nicht nur Kinder fänden daran Gefallen. Aber: Süss, gesund, heilsam und wertvoll zugleich, das gibt es nur im «Land, wo Milch und Honig fliessen». Dort ist das Leben reines «Honigschlecken» (und brauchen wir uns nicht mehr um Karies zu kümmern). Dass das älteste natürliche Süssungsmittel, das es bis zum Aufkommen des Rohr- und Rübenzuckers gab, eine ebenso lange Tradition als Heil- und Stärkungsmittel besitzt, ist zwar sicher bekannt, was uns aber nicht daran hindert, einige der alten Hausrezepte wieder in Erinnerung zu rufen.

Der Honig ist in unserer Sprache fest verankert, wie viele landläufige Ausdrücke, vom «Honigkuchenpferd» bis zum «Honeymoon», widerspiegeln. Im Einklang mit der zart- bis sattgoldenen Farbe des Bienenprodukts geht es dabei immer um etwas Positives und Besonderes. Aus dem Hausgebrauch ist der Honig seit Urzeiten nicht wegzudenken, und schon die Ärzte der Antike haben von seiner Heilwirkung regen Gebrauch gemacht. Fast möchte man meinen, der goldene Stoff sei ein Allerweltsmittel, denn von der Leistungssteigerung bis zum Schlafmittel oder Schönmacher reicht seine Kraft.

Die Grundlage des Honigs bilden entweder Blütennektar oder Honigtau, eine zuckerhaltige Ausscheidung von Blättern, Knospen, Blatt- oder Schildläusen. Die unterschiedlichen Sammelplätze bestimmen später die Art des Honigs, z.B. Lavendel-, Akazien- Heide- oder Rapshonig, die zu den Blütenhonigen zählen, oder Kiefern-, Fichten-, Kastanien- oder Tannenhonig, die zu den Honigtau-Arten gehören.

Schon im Flug reichern die fleissigen Bienen ihr Sammelgut durch Sekrete an, die den Zucker der beiden Basisstoffe in ein Fruchtzucker-Traubenzucker-Gemisch (Invert-Zucker) verwandeln. Da dieser Zucker direkt ins Blut übergeht, belastet Honig die Verdauungsorgane nicht – im Gegensatz zum Rohrzucker, der von den Verdauungsorganen nicht vollständig gespalten wird. Zudem gibt ein Löffel Honig aufgrund des Traubenzuckeranteils zur rechten Zeit wieder Kraft, indem er rasch verbrauchte Energie ersetzt.

Zu mindestens 80 Prozent besteht die «himmlische Speise» aus Glucose und Fructose und zu knapp 20 Prozent aus Wasser. Seinem exzellenten Ruf zum Trotz enthält er Vitamine, Mineralstoffe und Proteine nur in kleinen Mengen. Und dennoch steigt das Interesse von Medizinern und Mikrobiologen, den Geheimnissen der Heilkraft des Honigs auf die Spur zu kommen. Wie ist diese Wirkung zu erklären?

Um den Honig aus den Waben herauszulösen, bedient sich der Imker der Zentrifugalkraft. Wird der Wundersaft der Bienen zu warm aus den Waben geschleudert, fliesst er zwar leichter heraus, verliert jedoch bei einer Temperatur von über 35° C seine wertvollen Bestandteile, insbesondere werden Enzyme und antibiotische Wirkstoffe zerstört. Deshalb sollte auch der kristallisierte Honig zu Hause nur im handwarmen Wasserbad wieder flüssig gemacht werden.

Honig desinfiziert Wunden und lässt sie schneller heilen

Wissenschaftlich erwiesen sind keimhemmende und -abtötende Eigenschaften. Die im Honig enthaltenen antibakteriell wirkenden

Substanzen (Inhibine) sind den körpereigenen Abwehrstoffen behilflich, schädliche Bakterien abzutöten. Diese Wirkung wurde schon 1935 in einer Veröffentlichung von H. Lücke in der «Deutschen Medizinischen Wochenschrift» erwähnt. Darin berichtete Lücke von einem Versuch, bei dem Mäuse mit Staphylokokken (in hohem Mass eitererzeugende Kugelbakterien) infiziert wurden, welche Abszesse hervorriefen. Die besten Behandlungserfolge bei Abszessen erzielte man mit Honig. Dabei waren wiederum Honigtau-Sorten am wirksamsten (Honigtau- oder Waldhonig enthält mehr Mineralstoffe, Eiweisse und Zucker als der Konkurrent aus Blütennektar). Das Bienenprodukt fördert die Bildung von Glutathion in der Wunde, das wiederum die Zellteilung stimuliert und Wunden schneller schliessen und abheilen lässt. Nach dem renommierten Moskauer Professor Dr. Joirisch eignet sich zum Desinfizieren von Hautinfektionen eine Mischung aus einem Eidotter, einem Teelöffel Honig und einem Teelöffel Glyzerin.

Ein Mikrobiologe aus São Paulo (Brasilien) konnte nachweisen, dass der Honig stachelloser Bienen (z.B. Tropenhonig von A. Vogel), von denen in Zentralamerika mindestens 20 verschiedene Arten bekannt sind, eine noch stärkere antibakterielle Wirkung hat als der normale. Was die alten Maya-Indianer übrigens auch schon gewusst haben, denn sie behandelten Magen-, Darm-, Verdauungsprobleme, Augenleiden und Wunden mit diesem wässrigeren Honig.

Was für Wunden gilt, ist natürlich auch für die Problemhaut richtig. Indem Honig Wasser bindet, zieht er Unreinheiten aus der Haut. Nicht umsonst wird Honig seit Jahrtausenden vielen Körperpflegemitteln beigemischt, zumal er auch Nährstoffe und mit Harz vermischte sekundäre Pflanzenstoffe enthält.

Der «Miel de Torronteras» ist eine der wenigen erhältlichen Honigsorten, die allen Qualitätsansprüchen gerecht werden: er wird direkt von der Wabe kaltgeschleudert und abgefüllt. Die Bienen können ohne Zufütterung mit Zucker, in ungedüngten und pestizidfreien Kulturen mit über 30 Heilpflanzen, ihrem Tagwerk nachgehen. In verschiedenen Sorten ist dieser Honig zu beziehen bei: A. Vogel GmbH, CH-9053 Teufen, Tel. 0041/(0)71/33 10 23).

Honigrezepte von Dr. Vogel

Dr. Vogel schätzt die Heilkraft des Bienenprodukts ausserordentlich. Sein Rat für Patienten mit **Heuschnupfen** lautet: jeden Tag 2–3 Teelöffel Bienenhonig einnehmen. Honig stimuliert die Wirkung aller natürlichen Heilmittel, die auf die **Atmungsorgane** Einfluss nehmen. Wenn Sie also die Wirksamkeit natürlicher Arzneimittel steigern und den Genesungsprozess beschleunigen wollen, z.B. bei einer Erkältung, sollten Sie die Arzneitropfen einfach auf einen Teelöffel Honig träufeln.
Bei **Schlafstörungen** rät Dr. Vogel zu einem Honig-Melissentee. Vermischen Sie einen Zitronenmelissentee mit einem Teelöffel Honig. Ansonsten gilt die Regel: Trinken Sie ein Glas warme Milch mit Honig, anstatt zur Schlaftablette zu greifen.
Zur Behandlung von **Schürfungen**, **Ausschlag** und **Furunkeln** empfiehlt er, einen Teelöffel Honig mit 20 bis 30 Tropfen Echinaforce zu vermischen. Gegen **schlecht heilende, verschmutzte oder eiterige Wunden** ist schon Hippokrates mit Honigauflagen zu Felde gezogen (seine Schüler sollen über 300 Rezepte gekannt haben!). Am besten verrühren Sie nach Dr. Vogel etwas ganz fein geriebenen Meerrettich mit zehnmal soviel Honig zu einer selbstgemachten Salbe, die Sie auf die Wunde auftragen. Gerade bei langwierigen und immer wieder eiternden Wunden wirkt sich diese einfache Behandlungsmethode günstig aus.