Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 52 (1995)
Heft: 3: Neurodermitis und Naturheilkunde : ein Weg aus der Sackgasse

Artikel: Experimentierfeld Eigenharn : Wundermittel oder fauler Zauber?
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-557594

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Experimentierfeld Eigenharn: Wundermittel oder fauler Zauber?

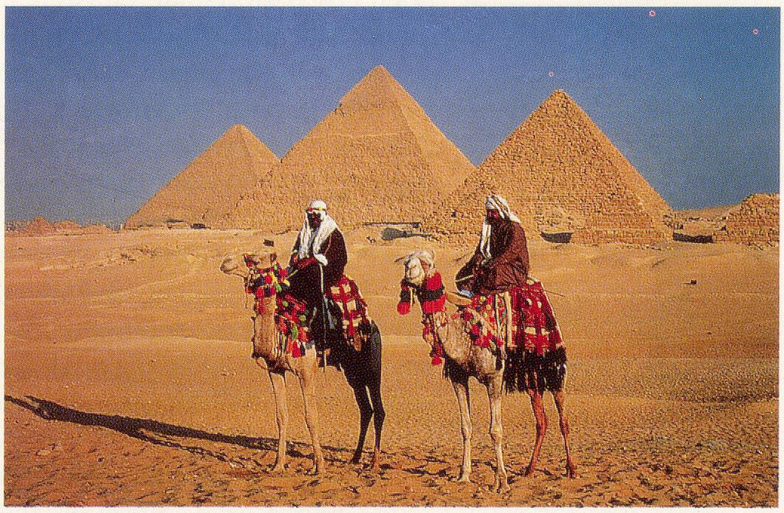
Manche trinken Tomatensaft, andere trinken Gerstensaft, viele trinken Apfelsaft und einige trinken etwas ganz Besonderes, nämlich ihren eigenen Saft: Urin. Morgen für Morgen ein Gläschen vom Mittelstrahl. In der Überzeugung, daß es nichts Gesünderes gibt. Sie glauben es nicht? Die Anhänger der Eigenharn-Therapie haben viele Argumente, denn die eigene «Quelle» ist zu allen Zeiten und von allen Völkern «angezapft» worden. Eine reine Glaubenssache? Oder tragen wir tatsächlich eine ungeahnte Apotheke in uns?

In Noah Gordons Bestseller «Der Medicus» dreht der Bader-Chirurg Gesunden wie Kranken sein Universal-Specifikum an, ungeachtet dessen, woran sie leiden mögen. Eine Art Wundermittel also. Was ist drin? Ein süßes, alkoholisches Gebräu und des Baders Pisse. Dessen Lehrling ist schockiert und will es besser machen: er reist durch die halbe Welt, um Medizin zu studieren.

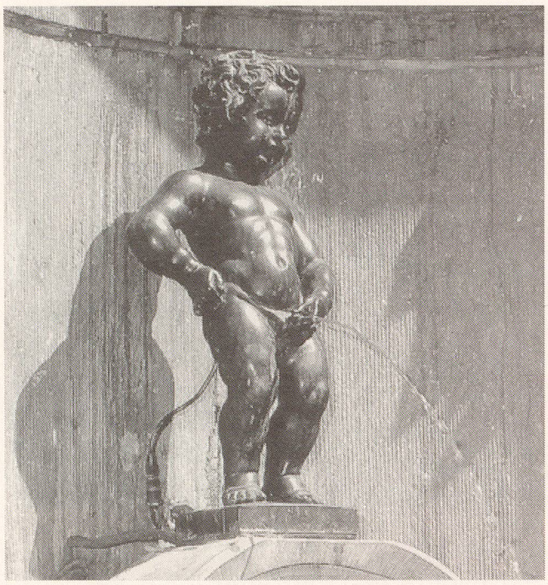
So skeptisch waren viele Ärzte, Heilkundige und Gelehrte früher nicht, vom einfachen Volk ganz zu schweigen. Die Urinnutzung hat schon sehr lange Tradition und kennt kaum Grenzen:

- Der ayurvedischen Überlieferung zufolge hat der indische Gott Shiva höchstpersönlich den Eigenharn als göttlichen Nektar klassifiziert, der vor Krankheiten und Alterserscheinungen bewahre. In Indien war und ist das Glas Urin am Morgen tägliches Ritual, eine Selbstverständlichkeit, wie die Beispiele der Politiker Gandhi, Nehru und des 92jährigen Ex-Ministerpräsidenten Desai zeigen.
- Chinesen, Tibeter, Inder, Perser, Griechen und viele andere Völker benützten ausgerechnet den Stoff zu Reinigungsritualen, den wir nach unserem heutigen Sauberkeitskodex für so unhygienisch halten.
- Apropos Reinigung: Fenster lassen sich mit nichts so klar und sauber putzen als mit Urin. Sein Nutzen als Waschmittel für Haut und Haare, Geschirr und Kleidung, Teppiche und vieles mehr ist unbestritten. Bei Carmen Thomas ist nachzulesen, daß schon die Römer Wollsachen mit Urin reinigten und die Klingen ihrer Schwerter damit härteten, Eskimos gerbten damit Häute, Indianer weichten darin Büffelfelle ein und Iren benützten ihn zum Beizen ihrer Wollumhänge.

Teppiche werden in Afghanistan und Nordafrika noch heute in Kamelurin gewaschen, damit die Farbenpracht zum Leuchten kommt.



Carmen Thomas, «Ein ganz besonderer Saft – Urin», vgs Köln 1994



Eine durch und durch heikle, nasse und ein wenig unanständige Geschichte

• Gegen scheuernde, drückende neue Schuhe soll nichts besser sein als Urin. Einfach auf die Blasen an den Füssen «pinkeln».
• Und schließlich das Beispiel, das in keiner Abhandlung über dieses nasse Thema fehlen darf: Feldärzte und verwundete Soldaten, die auch noch heute Wunden erfolgreich mit Urin behandeln, wenn keine Medikamente zur Hand sind, Spritzen, die in Kriegszeiten mit Urin «desinfiziert» werden usw. … Es kursieren allerhand beeindruckende Geschichten über Kriegsgefangene, in Not geratene Expeditionsreisende oder zivilisationsferne Bergbauern, die dem eigenen Saft ihr Leben verdanken.

Alter Hut – in aller Munde

Billig, unversiegbar, immer vorhanden, Urin ist fürwahr von großem Nutzen. Aber muß die billigste Medizin auch die beste sein? Oder umgekehrt: gilt eine Therapie nichts, die nicht kompliziert, teuer und aufwendig ist? Seit einiger Zeit ist die uralte Methode jedenfalls wieder in aller Munde, nicht zuletzt dank einer Live-Sendung des Westdeutschen Rundfunks, die die Journalistin Carmen Thomas der «persönlichen Hausapotheke» gewidmet hatte.

Urin ist wieder in Mode. Viele Stimmen werden laut, die «die goldene Fontäne» oder «das Wasser des Lebens» als das «Wundermittel» schlechthin preisen, wie Ingeborg Allmann, Autorin des Buchs «Die Heilkraft der Eigenharn-Therapie»: «Ein für alle Krankheiten wirksames, kaum versagendes, nebenwirkungsloses Heilmittel – kann es das wirklich geben? Ich behaupte, ja das gibt es. Wenn im Organismus noch etwas zu regulieren ist, dann schafft das der Urin». (Aus I. Allmann, in Naturheilpraxis 10/94, S. 1359).

So pauschale und euphorische Urteile provozieren nicht zu Unrecht skeptische Einwände. Dr. med. Arnold Haenel warnt in der Zeitschrift Leben und Gesundheit vor übertriebener Hoffnung: «Wer von der Urin-Therapie begeistert ist und sich vornimmt, morgen sein erstes Glas Urin zu trinken, wird vielleicht schon am Abend eine Besserung seiner Beschwerden verspüren». Er hält die Bezeichnungen «Urin – ein ganz besonderer Saft» oder «Hausapotheke in uns» für irreführend, «eine Fehlinterpretation. Wenn sich jemand bei einer solchen Urin-Trinkkur gesund und fit fühlt, dann sicher nicht wegen, sondern trotz seiner ‹Urin-Therapie›».

2000 Bestandteile und mehr

Der Stoff, an dem sich die Geister scheiden, ist ein äußerst komplexes Phänomen: an die 2000 Substanzen sind bisher im Harn nachgewiesen worden. Forscher, wie der Münchner Medizin-Professor Braun-Falco und der spanische Biochemiker und Neurologe Amat, der allein 800 gedruckte Seiten über den Harnstoff zu Papier brachte, gehen davon aus, daß es noch viel mehr Inhaltsstoffe gäbe.

Das unscheinbare trübe Wässerchen scheidet Überflüssiges aus. Dazu gehören Hormone, Mineralien, Aminosäuren, wasserlösliche Vitamine, Zucker, Interleukine, Enzyme und vieles andere mehr und natürlich Wasser, der Hauptanteil des Urins. Je nachdem wieviel man trinkt und was man ißt, verändert sich seine Menge und Farbe, sein Geruch und Geschmack. Seine Zusammensetzung spiegelt immer den gegenwärtigen Zustand des Körpers wider.

Gift oder Antikörper?

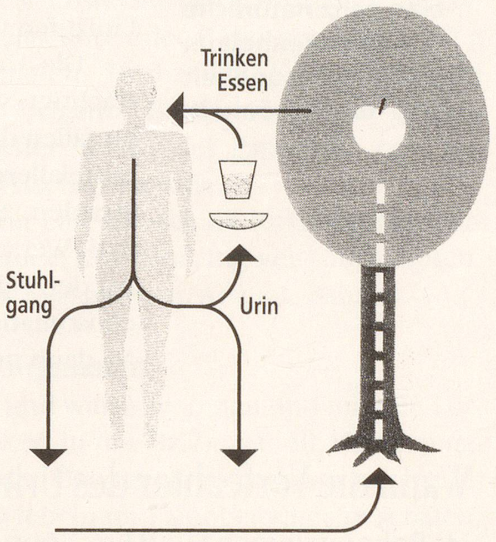
Der Harn wird in den Nieren aus dem Blut herausgefiltert. Er ist ein vom Körper abgesondertes Blutfiltrat, mit dem überschüssige Stoffe durch die Harnröhre nach draußen abtransportiert werden. An diesem Punkt setzen die meisten Kritiker der Eigenharntherapie an. Sie wenden ein, daß der Körper vergiftet wird, wenn der Harn als Abfallprodukt des Stoffwechsels aus dem Blut nicht genügend ausgeschieden werden kann. Die Urintherapeuten würden den Körper also zwingen, ein Produkt wieder aufzunehmen, das er von sich aus abgestoßen hat. Dieses Vorgehen wäre logischerweise widernatürlich und würde der Gesundheit eher abträglich als förderlich sein.

Für die Anhänger des Eigenharns soll stellvertretend Coen van der Kroon, Autor des Buchs «Die goldene Fontäne», zu Wort kommen: «Auch wenn man annimmt, daß sich doch sogenannte ‹Giftstoffe› im Urin befinden, bedeutet dies aber nicht unbedingt, daß solche Giftstoffe bei der Einnahme auch schädlich für den Körper sind. Wenn es natürliche Abfallprodukte des Körpers sind (also keine chemischen, wie z.B. beim Gebrauch von Medikamenten), kann er diese gebrauchen, um im Falle einer Krankheit Antistoffe herzustellen». Und schließlich gelangen sie nicht ins Blut, sondern in den Darm.

Die Einnahme des Eigenharns erfolgt nicht in großen Mengen; kleine Dosen, selbst homöopathische Gaben reichen aus, um dem Körper die Informationen zu geben, die er braucht. Er ist dank der spezifischen Zusammensetzung des Urins in der Lage, genau dort Antikörper zu bilden, wo es notwenig ist, so die Befürworter. Außerdem ist der frische Harn, wenn Nieren, Blase und Harnleiter nicht entzündet sind, steril, d.h. frei von lebenden Bakterien. Bei der äußeren Anwendung wirkt er dem Wachstum von Keimen entgegen. Alter Harn bildet Ammoniak, was ebenfalls Infektionen und Fäulnis vorbeugt.

«Alles besteht aus Kreisläufen. Was wir ausscheiden, wird auf die eine oder andere Weise wieder aufgenommen.»

(aus Coen van der Kroon, «Die goldene Fontäne. Die praktische Anwendung der Urin-Therapie», vgs Köln 1994, S. 82 bzw. Abb. S. 31)



Der Morgenurin ist am konzentriertesten und wirkt am besten. Man läßt das erste und letzte Drittel des Urins fließen und trinkt pur oder verdünnt 50 bis 100 ml vom zweiten Drittel, das am reinsten und saubersten ist.

Im Zeitalter des Recycling ist Recycling alles!

Der St.Galler Arzt und entschiedener Freund des Morgenurins, Dr. med. U. E. Hasler, vergleicht die Wirkung der Therapie mit einer Impfung. Auch bei einer Impfung würden dem Körper abgeschwächte Erreger zugeführt, auf die das Immunsystem mit der Bildung spezifischer Antikörper reagierte. Auf diese Weise würden schädliche Stoffe zu unschädlichen gemacht.

Die Verfechter des Urintrinkens ziehen gern einen Vergleich mit der Natur heran. Alles sei in einem stetigen Prozess des Werdens und Vergehens eingebunden. Laub verrotte, komme als Kompost wieder in die Erde und verleihe schließlich dem Baum wieder neue Kraft zum Austreiben junger Blätter. So sei alles Recycling, die im Urin ausgeschiedenen Schlacken, überschüssigen Mineralsalze und Schadstoffe werden dem Körper zugeführt, um ihm zu neuer Kraft und Blüte zu verhelfen.

Der Ekel vor Urin ist anerzogen. Für viele Menschen rund um den Globus ist die Reinigung von Haut und Haar mit Eigenharn eine ganz natürliche Angelegenheit im Dienst von Gesundheit und Schönheit.

Augen zu, Nase zu, Mund auf!

Das klingt ja alles sehr schön. Urin ist also doch das «Universal-Specificum», wenn einen nicht im letzten Moment der Ekel packt.

Eingefleischte kennen ein paar Tricks, mit denen man sich überwinden kann: das Mischen mit Fruchtsäften, Kräutertees und Honig und das Fasten! Denn je nachdem, wie gesund die Ernährung – kein Kaffee, kein Nikotin, kein Alkohol, kein Fleisch, kein Zucker oder am besten gar nichts essen – desto weniger unangenehm schmeckt und riecht das eigene Süppchen. Und dann gibt es für die Unüberwindbaren noch die Möglichkeit der Aufbereitung des eigenen Safts als homöopathische Medizin vom Apotheker, wobei die Verdünnung so stark ist, daß man von Urin nicht mehr reden kann. Neben der mündlichen Einnahme kann man das kostbare Naß spritzen, auf Umschläge geben, zu Einläufen verwenden oder einfach einreiben.

Die Urin-Therapie ist allerdings in ihrer Wirkung stark beeinträchtigt, wenn der Körper Dauerbelastungen ausgesetzt ist. Darunter fallen die üblichen Laster (siehe oben), übersäuerte Kost, Lebensmittelallergene, Amalgam, Medikamente, Elektrosmog, geopathische Strahlen, Schwermetalle, Chlorkohlenwasserstoffe und Formaldehyd. Wer auf einer Insel im Paradies und peinlichst gesund lebt, der hat den eigenen Urquell vielleicht gar nicht mehr nötig? Und bei psychosomatischen Krankheiten kann auch Urin nichts ausrichten. Na dann prost! – oder ziehen Sie doch lieber die Spülung?

Wann die Verfechter des Urintrinkens die Eigenharntherapie empfehlen?

- Rekonvaleszenz und Erschöpfung (in.)
- Altersbeschwerden (in.)
- Entzündungen und Infektionen (in.)
- Rheuma und Krampfadern (in. + äuß.)
- sämtlichen Hautkrankheiten und Allergien, z.B. Neurodermitis, Akne, Ekzeme, Warzen (in. + äuß.)
- Wunden und Verbrennungen (äuß.)
- Zahnschmerzen, Paradontose, Pilz in der Mundhöhle, Herpes (äuß.)
- Darmmykosen (in.)
- Krebs und Aids zur Stärkung des Immunsystems (in.)

(in. = Trinken, äuß. = Einreiben, Umschläge)