



Aloe

Aloe ist eine Wüstenpflanze mit über 200 enthaltenen Wirkstoffen. Mediziner aus aller Welt schätzen das Innenleben der unscheinbaren Pflanze als Wundheilmittel. Heilkundige kennen Aloe schon lange als Hausmittel. Sie legen den Milchsafte bzw. das Mark aus den fleischigen Blättern auf Schnitt- oder Brandverletzungen – einschließlich Sonnenbrand –, behandeln mit dem „Gel“ außerdem Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen, Sehnenentzündungen, Fußpilz, Insektenstiche, Akne, Neurodermitis, Schuppen und Schuppenflechte sowie schlecht heilende Narben.

Weitere Anwendungsbereiche sind Arthritis, Rheuma Gicht, Rücken- und andere Schmerzen. Außerdem gibt es – auch das bereits nicht erst seit Kneipps Zeiten – noch den Extrakt für die innerliche Anwendung, etwa bei Problemen des Magens, der Niere und der Bauchspeicheldrüse oder einfach als eine Art Allgemeinzustands- oder Zellschutzverbesserer. Stichhaltige Beweise für diese Wirkung per innerlicher Verabreichung ist die Wissenschaft bisher schuldig geblieben, und so könnte es durchaus schaden, wenn man zu lange zu viel davon einnimmt. Mit oder ohne Nachweis: Schaden wird die Beigabe der Aloe in der Zahncreme nicht; man glaubt, dass die Pflanze Parodontitis vorbeugt.

Einig sind sich jedoch alle Fachleute einschließlich der WHO, dass der Saft aus den zwischen August und Oktober gesammelten Aloe-Blättern der Wundheilung förderlich ist. So verdient die Aloe allseits das Prädikat „wertvoll für die Haut“ und kann von Kranken und Gesunden in diesem Einsatzgebiet ohne Einschränkungen empfohlen werden.

Übrigens: Bescheidenheit ist eine Zier: Die Aloe sieht aus wie ein Kaktus, ist aber ein Liliengewächs.

Kontakt:

Kneipp-Bund e.V. Adolf-Scholz-Allee 6-8 | 86825 Bad Wörishofen | Tel. 08247 / 30 02 - 102 | Fax - 199

info@kneippbund.de | www.kneippbund.de