

EIN GANZ BESONDERES PULVER HEILERDE



Wer schon in Wasser oder Tee eingerührte Heilerde getrunken hat, weiß: Sie ist geschmacklos und hilft einem irritierten Magen oder rumorenden Darm schnell und zuverlässig.

Die Eiszeit hat in Deutschland einen ganz besonderen Schatz hinterlassen: Löss. Sorgfältig aufbereitet, entfaltet die goldfarbene Erde ihre vielen heilsamen Wirkungen und hilft sowohl äußerlich gegen Akne als auch innerlich gegen Sodbrennen, Durchfall und zu hohen Cholesterinspiegel.

Auch ein echter Schatz kann manchmal unscheinbar aussehen. Wie eine Düne ohne Meer mutet die Lagerstätte des Lösses an, dieses von Eiszeit-Gletschern zermahlene Geröll. Doch es schimmert golden; und wie es sich für einen echten Schatz gehört, bleibt es ein Geheimnis, wo er sich befindet. „In Hessen“, verrät Ariane Kaestner lediglich. In der Hand ihrer Familie liegt es seit rund 100 Jahren, den Löss zu dem zu machen, was schon viel mehr nach einem Schatz klingt: Heilerde.

Es war Kaestners Urgroßvater Adolf Just, der sich aufgrund persönlicher Gesundheitsprobleme intensiv mit der Naturheilkunde besonders nach Kneipp beschäftigt hatte und schließlich auf die Suche nach einer für therapeutische Zwecke geeigneten Erde gegangen war. Diese Suche sollte seine Passion werden – und sie hatte Erfolg. 1918 grün-

dete er in Blankenburg die Heilerde-Gesellschaft Luvos. Heute befinden sich deren Hallen in Friedrichsdorf nordwestlich von Frankfurt. Hier wird der abgebaute Löss getrocknet und gereinigt, gemahlen und gesiebt, bis das Pulver schließlich die richtige Konsistenz erreicht hat.

Der Mahlgrad beeinflusst die Wirkung

Für die Wirkung der Heilerde ist nämlich nicht nur die Zusammensetzung wichtig, sondern besonders auch die Größe der einzelnen Partikel. So eignet sich der erste, als „Hautfein“ bezeichnete Mahlgrad zum Beispiel bestens für Masken gegen unreine Haut. Durch die etwas körnigere Struktur wirken sie nicht nur reinigend, sondern zugleich als sanftes Peeling. Für andere Anwendungen der Heilerde gilt jedoch: Je feiner der Mahlgrad, desto stärker die Wirkung.

Fotos: Luvos

Die vielleicht wichtigste Verwendung der Heilerde besteht darin, sie in Wasser oder Tee einzurühren und in kleinen Schlucken zu trinken. Den leicht „erdigen“ Geschmack finden viele angenehm, aber wer ihn nicht mag, kann auch Kapseln schlucken. „Wenn Heilerde mit Flüssigkeit in Kontakt kommt, quellen die Tonminerale auf, und in der dreidimensionalen Struktur entstehen Spalten und Zwischenräume“, erläutert Luvos-Geschäftsführerin Ariane Kaestner. „Dadurch werden verschiedenste Stoffe effektiv gebunden.“

Mikrofeine Partikel binden Cholesterin

Je feiner nun die Heilerde gemahlen ist, desto besser funktioniert diese Bindung, weil sich dadurch die Oberfläche der einzelnen Partikel vergrößert. Dieses Phänomen erlebt man auch beim Backen: Schneidet man Apfelscheiben dünner, kann man eine größere Kuchenfläche damit belegen. Was bei der Kaffeetafel wohl nicht so gut ankommen würde, verstärkt bei der Heilerde die Wirkung: Je größer die Oberfläche, desto besser können unerwünschte Stoffe gebunden werden. „Mit Heilerde ‚ultrafein‘ waren wir lange an der Grenze des Möglichen“, erzählt Ariane Kaestner. „Es brauchte ein ganz neues Verfahren, um das Pulver noch eine Stufe feiner zu bekommen – eben ‚mikrofein‘.“ Der Trick besteht in der Nutzung eines neuen Siebs, dessen Gewebe nicht nur eine extrem geringe Maschenweite hat, sondern zusätzlich zum üblichen Rütteln von einer Ultraschallquelle bewegt wird. „Nur dadurch können wir erreichen, dass die Partikel durch die Maschen gelangen – ohne diese Vibration würden sie einfach zusammen mit den größeren Partikeln oben liegen bleiben“, erläutert Ariane Kaestner.

Von dem mit dieser modernen Methode gewonnenen mikrofeinen Pulver (wie alle Heilerde-Produkte in Apotheken und Drogerien erhältlich) wird morgens und abends je ein bis zwei Messlöffel voll in ein halbes Glas Wasser oder Tee eingerührt und getrunken. Es ist dann in der Lage, Cholesterin und Gallensäuren im Darm effektiv zu binden, so dass der Körper sie auf natürliche Weise ausscheiden kann. Dadurch schlägt man zwei Fliegen mit einer Klappe, denn um neue Gallensäuren herzustellen, muss der Körper dem Blut weiteres Cholesterin entziehen. Dieser „Doppelschlag“ gegen Arteriosklerose und damit gegen Herzinfarkte und Schlaganfälle gelingt Heilerde selbst bei Daueranwendung ohne Nebenwirkungen.

Vielseitige Anwendung

Die Liste der Beschwerden, bei denen Heilerde hilft, war auch vor dieser neuen Einsatzmöglichkeit schon so lang, dass eine umfangreiche Broschüre gebraucht wird, um sie alle darzustellen (kostenlos unter info@luvos.de). Eine Anwendung ist dabei von besonderer Bedeutung: Weil Luvos-Heilerde besonders viel Calciumcarbonat enthält, kann sie überschüssige Magensäure neutralisieren. Um diesen Effekt zu erreichen, trinkt man die Heilerde morgens nüchtern, abends vor dem Schlafengehen und, bei Bedarf, eine halbe Stunde vor oder nach dem Essen. Eine Studie der Charité konnte die wohltuende Wirkung der Heilerde bei gastrointestinalen Beschwerden wie zum Beispiel einem übersäuerten Magen oder Sodbrennen bestätigen. Das goldfarbene Pulver ist sogar offiziell zur Behandlung von Sodbrennen zugelassen und den üblicherweise verabreichten Protonenpumpenhemmern (PPI) ebenbürtig; im Gegensatz zu diesen verursacht es jedoch keine Nebenwirkungen. Die Anwender müssen zum Beispiel keinen „Rebound-Effekt“ befürchten. Bei diesem Phänomen kehren die Beschwerden nach Absetzen eines Medikaments verstärkt zurück. Zu beachten ist lediglich, dass man zwischen der Einnahme von Heilerde und anderen Medikamenten immer ein bis zwei Stunden Abstand halten muss. Sonst könnte es geschehen, dass der Löss den Wirkstoff der Arznei bindet und dadurch neutralisiert.

Doch nicht nur im Magen, auch im Darm entfaltet der Löss seine Heilwirkung. Er kann Durchfallerreger und deren Giftstoffe ebenso binden wie die übelriechenden und oft schleimhautschädigenden Gase von Blähungen, die dann ausgeschieden werden. Auch Mundgeruch kann deutlich gemildert werden. Die Eigenschaft von Heilerde, Gerüche sehr stark anzunehmen, kann jeder selbst erforschen, indem er etwas davon beispielsweise neben Waschmittel in den Schrank stellt. Es dauert nicht lange, bis das Pulver deutlich seifig riecht – und schmeckt! „Luvos würde niemals irgendwelche Zusatzstoffe wie zum Beispiel Aromen unter die Heilerde mischen“, sagt Ariane Kaestner und bekräftigt: „Wir nehmen dem Löss nichts weg und geben auch nichts dazu.“/ks ●



Als Brei angerührt, befreit Heilerde unreine Haut von überschüssigem Talg, reinigt sie gründlich und schilfert Hornschüppchen ab, die die Poren verstopfen könnten. Zudem wird die Durchblutung der Haut angeregt, so dass sie besser mit Nährstoffen versorgt wird.