

Honig in der Wundheilung

Annette Kerckhoff

Na, wer sagt's denn! So nach und nach bestätigt die Wissenschaft, was die Volksheilkunde schon lange weiß. In vielen Fällen kann die traditionelle Anwendung bestätigt, in anderen die Spreu vom Weizen getrennt werden. Erfreulicherweise greifen selbst Universitäten und große Kliniken auf alte Hausmittel zurück, wenn die Schulmedizin an ihre Grenzen stößt. Das wäre vor zwanzig Jahren noch undenkbar gewesen!

Jüngstes Beispiel ist die wundheilungsfördernde Wirkung des Honigs. Das Problem: In den Kliniken hat man es heute mit Keimen zu tun, die gegen fast alle gängigen Antibiotika resistent, d.h. unempfindlich sind. Was tun? Diese Frage stellten sich auch die Ärzte auf der Krebsstation der Bonner Universitäts-Kinderklinik, Arne Simon und Kai Sofka. Sie haben es zusätzlich mit kleinen Patienten zu tun, deren Wundheilung durch die Chemotherapie gestört, deren Immunsystem geschwächt ist. Seit Jahren wird hier nun ein medizinisch geprüfter Honig namens Medihoney eingesetzt, der erstaunliche Erfolge erzielt: Auch chronische Wunden, die sich mit mehrfach resistenten Bakterien infiziert haben, heilen schneller; abgestorbenes Gewebe wird besser abgestoßen, der Verbandswechsel ist weniger schmerzhaft, die Wunde riecht nicht so stark.

Mittlerweile nutzen zwei Dutzend Kliniken in Deutschland Honig in der Wundversorgung. Da es nur wenige Studien über die Wirksamkeit gibt, wollen sich nun Ärzte und Kliniken zusammentun und diese im Rahmen einer großen Studie mithilfe einer gemeinsamen Datenbank über 100 Krankenverläufe dokumentieren und auswerten.

Weshalb der Honig wirkt, darüber wird noch gerätselt. Wie so oft bei Naturheilmitteln gibt es hier nicht nur einen Grund. Wahrscheinlich scheint jedoch, dass Honig kleine Mengen des entzündungsmindernden

Wasserstoffperoxids bildet. Zudem werden durch Honig Giftstoffe und Abfallprodukte besser ausgeschwemmt.

Ein Erfolg für die Volksmedizin! Gleichzeitig warnen die Experten vor zu großer Experimentierfreude. Denn gerade bei erhitztem Honig aus Supermärkten sind die antibakteriellen Eigenschaften nicht mehr vorhanden.

Hat man jedoch kaltgeschleuderten, hochwertigen Honig im Küchenregal, so ist die Anwendung bei kleineren Wunden (Achtung, nicht bei Pilzkrankungen!) oder bei spröden Lippen durchaus zu empfehlen. Ein wunderbares Mittel gegen raue Hände ist übrigens die Honig-Öl-Packung. Dafür einfach 1 EL Honig und 1 EL Olivenöl (je nach Festigkeit des Honigs auch etwas mehr) mischen, auf die Hände auftragen und einige Minuten einwirken lassen. Auch für die Gesichtspflege lässt sich Honig einsetzen: 1 TL festen Honig mit etwas Magerquark - Sahnequark verläuft zu schnell – verrühren und auf das Gesicht auftragen. Zum Abschluss noch eine letzte gute „Honig-Nachricht“: Arzneitees für Magen, Verdauung, Haut, Nieren und Blase werden nicht gesüßt. Der bittere oder aromatische Geschmack ist entscheidend, um Verdauung oder Stoffwechsel anzukurbeln. Bei Hustentees ist das jedoch anders. Hustentees dürfen und sollen mit Honig gesüßt werden. Sie sollten langsam getrunken werden, damit Tee wie Honig die gereizte Rachenschleimhaut benetzt.



Biene beim Pollensammeln

ÜBERSICHTEN (REVIEWS) ZUM STAND DER FORSCHUNG

- Die Behandlung des Heuschnupfens mit homöopathischen Tiefpotenzen von *Galphimia glauca*
 - Tägliche Calciumaufnahme als Prävention gegen Darmkrebs
 - Sägepalmextrakte bei Prostatahyperplasie
 - Traubensilberkerze bei klimakterischen Beschwerden
- Bei Zusendung eines adressierten und frankierten Rückumschlages kann Ihnen der jeweils zweiseitige Überblick zugesandt werden.