

GESUND LEBEN

Die Kraft des Kiefernholzes

Viele Kräfte der Natur werden auch heute noch als Heilmittel oder gesundheitsfördernde Mittel entdeckt. Wer hätte aber gedacht, dass auch im Kern des Kiefernholzes gesundheitsfördernde Wirkungen liegen?

Es war eher ein Zufall: Die anfallen Sägespäne des Sägewerks Wilms mit Sitz in Bad Essen wurden von den umliegenden Bauern als Einstreu für die Kühe benutzt. Nach einiger Zeit stellten die Bauern fest, dass Euterentzündungen und andere Krankheiten der Tiere stark rückläufig waren. Da sich die Rahmenbedingungen aber sonst nicht geändert hatten, konnte nur das Holz dafür verantwortlich sein.

Von der Idee zur Passion

Mittlerweile beschäftigt sich Heinrich Wilms seit nahezu zwei Jahrzehnten mit der antibakteriellen und gesundheitsfördernden Wirkung von Holz. Nach intensiver Forschungsarbeit gelang es ihm, zu belegen, dass Holz und insbesondere Kiefern-Kernholz äußerst keim- und bakterientötend wirkt. Die Firma Wilms hat durch

ein patentiertes Verfahren ein sogenanntes HygieneHolz entwickelt, das durch ein spezielles Wasch- und Trocknungsverfahren die keimtötende Wirkung von Kiefern-Kernholz verstärkt. Diese Wirkung hat die Biologische Bundesanstalt in Braunschweig bestätigt.

Für Saunafreunde: Fußmatte aus Hygieneholz

Die auf dieser Grundlage entwickelten Produkte sind gerade für hygienebewusste Saunafreunde interessant. Die Fußmatte für das Bad ist dank der pilztötenden Wirkung für alle geeignet, die präventiv gegen Fußpilz vorgehen möchten. Durch die holzeigenen Inhaltsstoffe haben Bakterien und Keime keine Chance zu wachsen. Untersuchungen des Institutes Hygiene-Nord haben ergeben, dass Kiefern-Kernholz bzw. HygieneHolz in der Lage ist, Fußpilzerreger je nach Pilzart zu 90 - 99% abzutöten. Darüber hinaus werden die wirksamen Holzinhaltsstoffe beim Betreten der Matte auf die Füße übertragen, wo diese effektiv vor Fußpilz schützen.

Die Kraft des Kiefern-Kerns zur Hautpflege

Auch der Extrakt aus dem Kern der Kiefer, das sogenannte KiefernGold, nutzt die ungeahnte Kraft des Holzes. Die gelösten Inhaltsstoffe des Extraktes wirken antibakteriell, keim- und pilzreduzierend. Bereits wissenschaftlich nachgewiesen werden konnte die positive Auswirkung auf die Haut hinsichtlich Hautfeuchtigkeit, Hautrötung, Spannungsgefühl und Hautrissen. Auch die Wirksamkeit gegen Herpes und Grippeviren wurde vom Universitätsklinikum Münster bestätigt. Die bisherigen Anwender berichteten über unterschiedlichste positive Wirkungen des KiefernGoldes: Geringere Grippeanfälligkeit, geringere Gicht- und Rheumaschmerzen, Nagel- und Fußpilzlinderung oder -heilung, Neurodermitislinderung, schnellere Wundenheilung, aber auch Linderung bei Zahnfleischbluten.

Weitere Informationen: www.wilms.com



Ungeliebtes Thema: Fußpilz in der Sauna

Nur wenige sprechen gerne darüber, und doch ist das Thema Fußpilz für viele immer gegenwärtig. Wer gerne in die Sauna geht, aber unter Fußpilz leidet, hat es schwer. Die Beschwerden werden häufig chronisch, und Ärzte raten lapidar, die Sauna zu meiden. Was tun?

Tipps zur Vorbeugung:

- Meiden Sie feuchtwarme Bäder oder Dampfbäder. In der heißen Trockensauna werden Bakterien durch die große Hitze sehr viel weniger übertragen.



- Tragen Sie immer Badesandalen (außer in der Saunakabine)
- Wichtig: Trocknen Sie die Füße nach der Sauna sehr gut ab, am Ende ist auch der Föhn zum Trocknen der Zehen ein „heißer Tipp“.
- Bequeme, gut belüftete Schuhe tragen. Wechseln Sie täglich die Schuhe.
- Strümpfe aus Naturmaterialien täglich wechseln und Textilien bei mind. 60 Grad waschen.
- Antibakterielle Cremes oder Antimykotika müssen langfristig angewendet werden.

