

Mit Heilerde natürlich behandeln

– innerlich und äußerlich –

Ein traditionsreiches Naturheilmittel
im Fokus der Wissenschaft



Prof. Dr. med. Dr. Bernhard Uehleke

Charité Universitätsmedizin Berlin
Abteilung für Naturheilkunde
Immanuel-Krankenhaus am Wannsee

**Heilerde-Gesellschaft Luvos
Just GmbH & Co. KG**

Mit Heilerde natürlich behandeln – innerlich und äußerlich –

Ein traditionsreiches Naturheilmittel im Fokus der Wissenschaft

Geschichtliches

Verschiedene Heilerden spielten bereits seit der Antike eine große Rolle, sowohl für die innerliche als auch für die äußerliche Anwendung. Sie wurden über große Entfernungen gehandelt und waren insbesondere in Notzeiten sehr wertvoll – mitunter wurde Heilerde mit Gold aufgewogen.

Der Naturheilkundler Adolf Just (1859 - 1936) errichtete 1896, inspiriert u. a. von Sebastian Kneipp, seine Naturheilanstalt „Jungborn“ im Harz. Neben „Lichtluftbaden“ und Sonnenbaden wandten die Patienten dort Erdumschläge an und nahmen Heilerde ein. Dies beeindruckte sogar Mahatma Gandhi. Er war von Adolf Justs Ideen, dem Jungborn und dessen Buch „Kehrt zur Natur zurück!“ so begeistert, dass Gandhi in seiner Biografie über die guten Heilerfolge mit Heilerde schrieb. 1908 übertrug Adolf Just die Leitung des „Jungborn“ seinem jüngeren Bruder Rudolf (1877 - 1948). Seit 1918 vertreibt die Familie eine spezielle feine **Lösserde** unter dem Namen Luvos-Heilerde über die „Heilerde-Gesellschaft“. Diese Heilerde zeigte über Generationen ihre Wirksamkeit und Verträglichkeit so überzeugend, dass sie noch heute eines der bekanntesten und beliebtesten Mittel in der Hausapotheke darstellt.

Eigenschaften der Heilerde

Man nimmt an, dass der Löss aus Gesteinen entstanden ist, die mit den eiszeitlichen Gletschern der letzten Eiszeit (Diluvium) aus Skandinavien nach Deutschland transportiert und dabei bis zur Pulverform zerkleinert wurden. Dieses Gesteinspulver ist dann durch den Wind an seine jetzige Lagerstätte geweht worden und zu Löss „verwittert“.

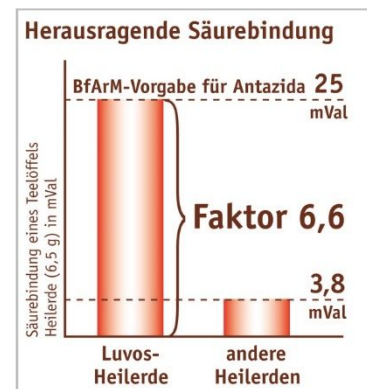
Die einzigartige Zusammensetzung

Luvos-Heilerde verfügt über eine ideale natürliche Mischung von Mineralien und Spurenelementen. Darunter sind viele lebensnotwendige Mineralien und Spurenelemente, etwa Kalzium, Kalium und Magnesium. Heilerde ist ein reines Naturprodukt, das keine chemischen Zusätze wie Duft-, Farb- oder Konservierungsstoffe enthält.

Noch heute spielen für die vielfältige therapeutische Wirksamkeit bei der innerlichen und äußerlichen Anwendung von Heilerde vier Faktoren eine wesentliche Rolle:

1. Die herausragende Säurebindungskapazität

Aufgrund ihrer Zusammensetzung kann Luvos-Heilerde schnell und effektiv überschüssige Säure abpuffern (binden) – ohne bekannte Nebenwirkungen. Das Säurebindungsvermögen erreicht den vom BfArM (Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte) empfohlenen Wert für Antazida von 25 mVal pro Einzeldosis.



Heilerde ist nicht gleich Heilerde: andere Heilands weisen diese Zusammensetzung nicht auf und sind beispielsweise bei Sodbrennen weniger gut geeignet oder sogar unwirksam. Heute ist Luvos-Heilerde das einzige Naturarzneimittel mit dem Wirkstoff Heilerde, das in Deutschland gegen Sodbrennen, säurebedingte Magenbeschwerden und Durchfall zugelassen ist.

2. Das besondere Bindungsvermögen

Modernste Technik wird eingesetzt, um den wertvollen Löss schonend aufzubereiten. Er wird bei 130 °C getrocknet, mögliche Keime werden dabei abgetötet. Anschließend wird die Heilerde in einem speziellen Verfahren zu einem feinen Pulver vermahlen und gesiebt.

Durch den hohen Feinheitsgrad weist die Heilerde eine große Oberfläche mit einem besonderen Bindungsvermögen auf. Damit kann sie mit anderen Stoffen in Wechselwirkung treten und diese ad- und absorbieren (anlagern und wie ein

Schwamm aufsaugen). Heilerde bindet Bakterien, deren schädliche Stoffwechselprodukte und Gifte – ähnlich wie medizinische Kohle oder pflanzliche Schleimstoffe. Auch Cholesterin und Gallensäuren werden von der Heilerde gebunden.

Entsprechend der gewünschten therapeutischen Wirkung haben die Heilerdeprodukte anwendungsspezifische Feinheitsgrade:

- ultrafein, fein: **Sodbrennen**, säurebedingten Magenbeschwerden Durchfall
- magenfein: **Reizdarm** und Reizmagen
- mikrofein: Bindung von **Cholesterin** und Fetten aus der Nahrung
- imutox: **Entgiftung**, zum Schutz vor freien Radikalen, bei Histaminintoleranz
- hautfein: **Akne**, Haut-, Muskel- und Gelenkbeschwerden, Entzündungen

3. Das Ionenaustausch-Prinzip

Luvos-Heilerde besitzt in Gitterstrukturen fixierte positiv geladene Ionen (sogenannten Kationen), wie z. B. Al, K, Na, Ca und Mg. Diese Kationen können bei Kontakt mit andern gelösten Kationen, wie z. B. Schwermetallkationen, in den Gittern der Mineralerden ausgetauscht werden. Dies ist das Grundprinzip von Ionenaustauschern und wird zur Entfernung und Ausscheidung z. B. von Schwermetallen aus dem Magen-Darm-Trakt verwendet.

4. Die katalytische Wirkung

Luvos-Heilerde kann im Gastrointestinaltrakt zellschädigende freie Radikale aus der Nahrung abbauen. Dies schützt den Organismus vor oxidativem Stress. Im Gegensatz zu anderen Antioxidantien wie Vitamin E verbraucht sich die Heilerde dabei nicht, da sie kein Reaktionspartner ist, sondern als mineralischer Katalysator wirkt.

Wie ist Heilerde einzunehmen?

Zur innerlichen Anwendung wird Luvos-Heilerde in verschiedenen Feinheitsgraden (magenfein, mikrofein, ultrafein, fein und imutox) verwendet. Ein bis zwei Messlöffel Heilerde-Pulver oder Portionsbeutel mit Granulat werden zweimal täglich eingenommen. Die Einnahme des Pulvers erfolgt, indem Heilerde in Wasser oder Tee eingerührt und dann in kleinen Schlucken getrunken wird. Besonders praktisch, um auch unterwegs immer die richtige Dosis dabei zu

haben, sind Portionsbeutel. Als besonders leicht einzunehmende Darreichungsform gibt es Heilerde auch in Kapseln und als Granulat. Das Heilerde-Granulat wird unzerkaut mit reichlich Flüssigkeit heruntergeschluckt. Die Kapseln sind bequem für die Einnahme unterwegs. Sie werden unzerkaut mit etwas Flüssigkeit eingenommen.

Zur Bindung von Cholesterin und Fetten aus der Nahrung sollte die Einnahme der Heilerde jeweils zu den Mahlzeiten erfolgen. Sonst wird Heilerde morgens nüchtern und abends vor dem Schlafengehen sowie bei Bedarf eine halbe Stunde vor oder nach dem Essen eingenommen, wenn nicht die Beschwerden oder die Einnahme anderer Arzneimittel für eine Einnahme zu anderen Zeitpunkten sprechen.

Luvos-Heilerde mikrofein, magenfein und imutox sollen für die Dauer der Beschwerden bzw. entsprechend dem Therapieziel eingenommen werden. Nach drei Wochen ist eine mehrtägige Einnahmepause einzuhalten. Anschließend wird die Behandlung fortgesetzt. Eine Dauerbehandlung ist bei normaler Nierenfunktion unbedenklich. Eine längere Anwendung führt nicht zu einer Gewöhnung oder nachlassenden Wirkung.

Heilerde schmeckt weitgehend neutral und nur leicht „erdig“.

Was sind die Anwendungsgebiete und wie wirkt Heilerde?

Luvos-Heilerde ultrafein und fein werden bei säurebedingten Magenbeschwerden angewendet. Hierzu zählen Sodbrennen, Ösophagitis, Reflux und Gastritis. Luvos-Heilerde magenfein wird zur Behandlung der funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen Reizmagen und Reizdarm angewendet. Luvos-Heilerde mikrofein wird als Ad- und Absorbens eingesetzt zur Bindung von Cholesterin und Fetten aus der Nahrung, zur Unterstützung der Darmsanierung und zur Linderung von Magen-Darm-Beschwerden. Heilerde kann ebenfalls bei erregerbedingtem Durchfall eingesetzt und vorbeugend bei Reisen in südliche Länder eingenommen werden. Luvos-Heilerde imutox kann schädliche Substanzen aus der Nahrung binden und unterstützt den Körper bei der Entgiftung. Auch beim Heilfasten wird Heilerde empfohlen, um Toxine zu binden, die aus abgebauten Fettdepots freigesetzt werden. Die gebundenen

Stoffe werden mit dem Stuhl ausgeschieden. Zusätzlich wirkt Luvos-Heilerde imutox als mineralischer Katalysator, der im Verdauungstrakt zellschädigende freie Radikale aus der Nahrung abbaut. Das schützt den Organismus vor oxidativem Stress. Außerdem kann Heilerde Histamin und andere biogene Amine aus der Nahrung binden und so Lebensmittelunverträglichkeiten aufgrund einer Histamin-Intoleranz lindern. Weiterhin kann der Körper aus der Heilerde lebensnotwendige Mineralien und Spurenelemente aufnehmen wie Kalium, Calcium, Magnesium etc.

Schwangerschaft und Stillzeit

Aus der verbreiteten Anwendung von Heilerde als Arzneimittel und Medizinprodukt haben sich bisher keine Anhaltspunkte für ein Risiko bei der Anwendung in der Schwangerschaft, Stillzeit und bei Kindern unter 12 Jahren ergeben. Ergebnisse ausreichender Untersuchungen liegen jedoch nicht vor. Deshalb sollte Luvos-Heilerde bei diesem Personenkreis nur nach Rücksprache mit einem Arzt oder einer anderen in einem Heilberuf tätigen qualifizierten Person angewendet werden.

Natürliche Hilfe bei Sodbrennen

Gegenüber herkömmlichen Medikamenten hat Luvos-Heilerde entscheidende Vorteile: Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Sie wird natürlich und ohne chemische Zusätze hergestellt. In akuten Fällen, aber auch über längere Zeiträume kann sie problemlos angewendet werden. So steht die Heilerde für eine besonders schonende und natürliche Behandlung von Sodbrennen und säurebedingten Magenbeschwerden.

Für ältere Menschen besteht keine Anwendungsbeschränkung von Luvos-Heilerde bei Sodbrennen und säurebedingten Magenbeschwerden. Die Anwendung bei Kindern unter 12 Jahren ist nicht vorgesehen, da diese Beschwerden bei Kindern üblicherweise nicht auftreten.

Wie schonend Luvos-Heilerde wirkt, zeigt ein Vergleich mit den bei Sodbrennen häufig eingesetzten Medikamenten. Protonenpumpenhemmer und H2-Blocker

sind wichtige Medikamente zur Behandlung von schweren sogenannten dyspeptischen Erkrankungen des Magen- und Darmtraktes, insbesondere Geschwüren des Magens und des Zwölffingerdarms. Bei Sodbrennen oder säurebedingten Magenbeschwerden, insbesondere wenn keine Läsionen vorliegen, schießen sie des Öfteren über das Ziel hinaus.

- Protonenpumpenhemmer (Protonenpumpeninhibitoren - PPI) verringern die Freisetzung von Magensäure. Sie gelten auch bei schweren säurebedingten Beschwerden als hochwirksam, sollten ohne ärztliche Beratung aber nicht länger als zwei Wochen eingenommen werden. Verschiedene Studien weisen darauf hin, dass es vor allem bei dauerhafter Anwendung zu Nebenwirkungen kommen kann. So zeigt eine aktuelle Untersuchung am Klinikum der Universität zu Kopenhagen, dass eine längere Einnahme abhängig machen kann, indem ein vorher gesunder Magen nach Absetzen des Medikaments plötzlich vermehrt Säure produziert. Weitere Studien zeigen, dass eine Langzeittherapie mit hoher Dosierung zu einer verminderten Calciumaufnahme im Körper führen und sich dadurch das Risiko für Frakturen durch Knochenschwund erhöhen kann. Zusätzlich können sie die Vitamin B12-Resorption stören. Ein niedriger B12 Spiegel wird mit Gedächtnisstörungen und einem frühen Stadium der Alzheimer-Demenz in Verbindung gebracht.

- Sogenannte H2-Blocker hemmen die Produktion der Magensäure, indem sie die Säureausschüttung aus den Drüsenzellen der Magenwand unterdrücken. Die Wirkung setzt zeitverzögert ein, hält aber bis zu zwölf Stunden an, weshalb H2-Blocker häufig abends zur Vorbeugung von nächtlichem Sodbrennen eingenommen werden. Es kann zu Nebenwirkungen wie Durchfall, Gelenk- und Muskelschmerzen, Schwindel und Juckreiz kommen.

- Antazida sind Präparate, die überschüssige Magensäure neutralisieren und binden, sodass sie die Schleimhaut der Speiseröhre nicht mehr schädigt. Sie wirken sofort nach der Einnahme direkt im Magen. Überwiegend magnesiumhaltige Präparate können abführend und Bikarbonate blähend wirken.

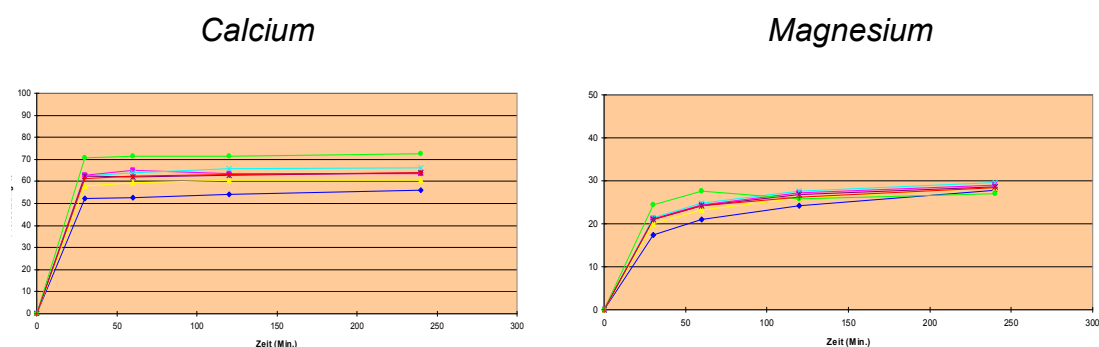
Aus naturheilkundlicher Sicht sollte Sodbrennen mit einfachen Maßnahmen vorgebeugt werden. Zum Beispiel, indem man Auslöser wie fettige, süße und scharfe Speisen, Kaffee, Tee, Alkohol, Nikotin und XXL-Mahlzeiten möglichst meidet, Übergewicht reduziert und auf eine ausreichende Nachtruhe, ggf. mit erhöhtem Oberkörper, achtet. Hier kann Heilerde nützlich sein.

Natürliche Hilfe bei Durchfall

Mit Heilerde können akute und chronische Durchfallerkrankungen behandelt werden. Die mineralische Struktur von Luvos-Heilerde bietet eine große Oberfläche. So bindet Heilerde im Darm Bakterien und schädliche Stoffwechselprodukte, die Durchfälle verursachen können. Zusammen mit der Heilerde werden diese dann mit dem Stuhl ausgeschieden, die gestörte Darmflora findet sanft und ohne Nebenwirkungen zu ihrer natürlichen Balance zurück.

Der Körper nimmt Mineralien und Spurenelemente der Heilerde auf, was sich positiv auf den Elektrolythaushalt auswirken kann – ein großes Plus gegenüber medizinischer Kohle.

Untersuchungen zeigen, dass Calcium- und Magnesiumverbindungen besonders gut gelöst werden können. Aus einer Tagesdosis Luvos-Heilerde (26 g) wird etwa 1 g Calcium gelöst, so dass der empfohlene Tagesbedarf vollständig durch Heilerde gedeckt werden kann. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt ca. 1.000 mg Calcium pro Tag für Erwachsene.



Quelle: Graner und Partner GmbH, Bestimmung der mobilisierbaren Inhaltsstoffe in Prozent, Untersuchungsbericht vom 11.11.2009

Werden im Darm schädliche Stoffe bzw. Stoffwechselprodukte von Darmbakterien an die Heilerde gebunden, trägt dies zur allgemeinen Darmsanierung bei.

Auch bestimmte Toxine, die von schädlichen Darmbakterien ausgeschieden werden und die normale (physiologische) Darmflora schädigen, können von Heilerde absorbiert werden. Die Darmflora kann so zum notwendigen Gleichgewicht zurückfinden.

Natürlich gegen Reizdarm und Reizmagen

Funktionelle Magen-Darm-Beschwerden im oberen Verdauungstrakt, die als sog. dyspeptische Beschwerden bzw. **Reizmagen** bezeichnet werden, gehen mit Schmerzen, Krämpfen und Missempfindungen im gesamten Bauchbereich einher sowie mit Appetitlosigkeit, vorzeitigem Völlegefühl, Magendruck, verzögerter Magenentleerung oder Beschwerden im Bereich der ableitenden Gallenwege.

Funktionelle Magen-Darm-Beschwerden im unteren Verdauungstrakt, die als **Reizdarm** bezeichnet werden, gehen mit Durchfall, Blähungen oder Verstopfung einher. Bei einem Reizdarm-Syndrom liegen chronische, d. h. länger als drei Monate anhaltende Beschwerden vor. Die Beschwerden sind nach Ansicht des Patienten und des Arztes auf den Darm bezogen und beeinträchtigen die Lebensqualität enorm. Für die Beschwerden können keine organischen Ursachen diagnostiziert werden. Außerdem muss ausgeschlossen sein, dass andere mögliche Krankheiten für die Symptome verantwortlich sind, wie chronische Dickdarmentzündungen, Darmkrebs, Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder Magen-Darm-Infekte (gültige Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten und der Deutschen Gesellschaft Neurogastroenterologie und Motilität).

Offenbar sind bei funktionellen Magen-Darm-Beschwerden verschiedene der komplexen Verdauungsfunktionen gestört und nicht mehr aufeinander abgestimmt. Diese Komplexität ist auch der Grund dafür, dass eine spezifische Therapie, etwa mit modernen chemischen Säureblockern, im Ergebnis oft

genauso unbefriedigend bleibt wie eine gleichermaßen spezifische Anregung der Magen- und Darmbewegung mit sog. Prokinetika.

Eine Therapie der funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen zielt darauf ab, die vorherrschenden Beschwerden zu lindern. Durch Heilerde kann langfristig der gesamte Verdauungsprozess positiv beeinflusst werden. Als Pulver oder Granulat normalisiert sie dank ihrer herausragenden Säurebindungskapazität und dem besonderen Bindungsvermögen die Magen-Darm-Tätigkeit. Die Einnahme sollte als Kur über mindestens drei bis sechs Wochen erfolgen, um eine nachhaltige Wirkung zu erzielen.

Luvos-Heilerde magenfein gibt es als Pulver und Granulat. Das Heilerde-Granulat wird aus feinsten Luvos-Heilerde in einem innovativen, patentierten Verfahren hergestellt. Das Granulat lässt sich bequem einnehmen und entfaltet seine natürliche und effektive Wirkung im Magen und Darm. Das Granulat wird unzerkaut mit reichlich Flüssigkeit (ein halbes Glas Wasser, Mineralwasser oder Tee) heruntergeschluckt.

Natürlich weniger Cholesterin

Ein zu hoher Cholesterinspiegel zählt neben Rauchen, Bewegungsmangel, Diabetes, Bluthochdruck und Übergewicht zu den wichtigsten Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Luvos-Heilerde mikrofein kann Cholesterin und Fette wie ein Schwamm direkt aus der Nahrung binden und transportiert sie über den Verdauungstrakt aus dem Körper. An die Heilerde gebunden kann das Cholesterin nicht mehr in die Blutbahn gelangen, sich an den Gefäßwänden als Plaque anlagern und dort den Prozess der Arterienverkalkung (Arteriosklerose) fördern, die sogar in einen Herzinfarkt münden kann.

Die besondere Bindungsfähigkeit der Heilerde wird durch ein sehr schonendes Mahl- und Siebverfahren mit moderner Ultraschalltechnik erzielt. Aufgrund der dadurch entstehenden großen „inneren Oberfläche“ kann mikrofeine Heilerde besonders gut mit anderen Stoffen in Wechselwirkung treten. In-vitro-Versuche

zeigen, dass 1,5 Messlöffel (ca. 10 g) Heilerde mikrofein im Magenmilieu (pH 3,4) 178 mg Cholesterin binden können – dies entspricht etwa dem Cholesteringehalt eines großen Hühnereis (Kompendium Gastroenterologie, 7. Jahrg. 2011, Nr. 1). An die Heilerde gebundenes Cholesterin wird im Darm nicht wieder freigesetzt.

Die Cholesterinzufuhr übersteigt mit durchschnittlich 343 mg den von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung genannten Richtwert von 300 mg Nahrungscholesterin pro Tag (Vgl.: Einfluss der Ernährung auf den Cholesterinspiegel, DGE-aktuell, 17/2001). Auch die Fettzufuhr der deutschen Bevölkerung ist zu hoch. Dies führt bei einer entsprechenden genetischen Veranlagung dazu, dass die Blutfettwerte steigen.

Luvos-Heilerde mikrofein kann Gallensäuren binden, sodass diese vermehrt ausgeschieden werden. Die Neubildung von Gallensäuren – sie dienen der Fettverdauung und Fettaufnahme aus der Nahrung – wird auf natürliche Weise angeregt. Da Gallensäuren aus Cholesterin gebildet werden, kann dies zusätzlich zu einem günstigen Einfluss der Heilerde auf den Cholesterinspiegel führen. So unterstützt Luvos-Heilerde als Naturheilmittel eine herzgesunde Ernährung – Nebenwirkungen sind nicht bekannt.

Gallensäurebindung an 10 g Luvos-Heilerde mikrofein in 100 ml konjugierter Gallensäurelösung bei 37 °C und pH-Wert 3,4

Gallen- säure	Anfangswert [mg/100ml]	Bindung von Gallensäure [in %]		
		nach 1 Stunde	nach 2 Stunden	nach 4 Stunden
TUDCA	7,46	9,25	11,15	13,35
TCDCA	7,69	17,64	26,27	31,80
GUDCA	6,43	3,30	5,69	9,37
GCDCA	4,61	19,82	26,86	30,81

TUDCA: Tauroursodeoxycholsäure (150 µmol); TCDCA: Taurochenodeoxycholsäure (150 µmol);
GUDCA: Glycoursodeoxycholsäure (150 µmol); GCDCA: Glycochenodeoxycholsäure (100 µmol)

Bei erhöhten Cholesterinwerten sollte zusätzlich durch entsprechende Ernährung (weniger fettes Fleisch, Innereien, Wurstwaren, Käse und Eigelb, stattdessen frisches Obst und Gemüse, Pflanzenöl statt tierischer Fette), Verzicht auf Alkohol

sowie möglichst viel Bewegung versucht werden, zu hohe Cholesterinwerte im Blut zu senken, um das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu reduzieren.

Natürlich wirksam zur Entgiftung

Auch bei einer gesunden Lebensweise und Ernährung ist die ungewollte Aufnahme von Schadstoffen und Schwermetallen nahezu unvermeidlich. Nehmen wir als Beispiel Fisch: Der schützenden Wirkung seiner Omega-3-Fettsäuren auf das kardiovaskuläre System steht oft eine hohe Quecksilberbelastung entgegen. Schad- und Reizstoffe können in vielen Lebensmitteln und in Kosmetika enthalten sein, fallen aber auch beim Rauchen und manchmal am Arbeitsplatz an. Mögliche Symptome für eine Überlastung des Körpers mit Schadstoffen sind unter anderem Allergien, Müdigkeit, reduzierte Leistungsfähigkeit, gastrointestinale Beschwerden oder Schlafstörungen.

Im Körper findet ständig ein Entgiftungsprozess statt – im Darm sowie über Leber, Niere, Haut oder Lunge. Gelingt die Elimination aber nicht ausreichend, können Schadstoffe und Umweltgifte verschiedene Organsysteme angreifen. Luvos-Heilerde imutox wurde speziell für die tägliche Entgiftung von innen und über die Haut von außen entwickelt. Sie kann aufgrund ihrer besonderen Bindungseigenschaften die Körperentgiftung, Darmsanierung und Entschlackung unterstützen sowie Leber und Niere entlasten. Zudem bindet sie belastende Substanzen wie Schwermetalle (z. B. Blei, Cadmium, Cäsium und Quecksilber), Weichmacher (z. B. Phthalate) sowie Bakterien- und Schimmelpilzgifte aus der Nahrung und leitet diese zuverlässig aus. Zusätzlich baut Heilerde im Gastrointestinaltrakt als mineralischer Katalysator freie Radikale aus der Nahrung ab.

Adsorption von Schwermetallen und belastenden Substanzen im Darmmilieu nach zwei Stunden an Luvos-Heilerde

Blei	97,0 %
Aluminium	99,8 %
Cadmium	98,0 %
Quecksilber	90,0 %

Durch ihre hohe Säurebindungsfähigkeit hilft Heilerde darüber hinaus beim Entsäuern. Denn Schadstoffe können das Säure-Basen-Gleichgewicht in Richtung einer unerwünschten Azidose verschieben. Damit eignet sich Heilerde imutox zur täglichen Entgiftung – und wird bei Detox- und Fastenkuren sowie Diäten unterstützend angewandt. Heilerde kann die dabei aus dem Fettgewebe freigesetzten Giftstoffe binden und zuverlässig über den Darm ausleiten. Für eine ganzheitliche Entgiftung über die Haut steht zudem Luvos-Heilerde imutox Paste zur äußerlichen Anwendung zur Verfügung (siehe Seite 26).

Bessert Symptome einer Histamin-Intoleranz

Etwa ein bis drei Prozent der Bevölkerung leiden an einer Histamin-Intoleranz, 80 Prozent davon Frauen. Histamin als biogenes Amin ist häufig in Lebensmitteln enthalten, die durch Mikroorganismen reifen. Dazu zählen viele Käsesorten, Sauerkraut, Salami, Meeresfrüchte oder alkoholhaltige Getränke wie Rotwein und Bier. Der Körper bildet außerdem selbst Histamin, das als Botenstoff vor allem bei entzündlichen und allergischen Reaktionen von Bedeutung ist. Der Abbau des Histamins erfolgt über zwei verschiedene Enzyme: Diaminoxidase (DAO) und Histamin-N-Methyltransferase (HNMT).

Sehr hohe Histaminkonzentrationen lösen bei jedem Menschen Vergiftungserscheinungen aus. Patienten mit einer Histamin-Intoleranz reagieren aber schon auf kleine Mengen mit Beschwerden. Bei einer Histamin-Intoleranz ist dieser Abbau u. a. durch erhöhte Resorption aus einem gereizten Darm überfordert. Folge sind häufig relevante Symptome wie Bauchschmerzen, Diarrhoe, Flatulenz, Kopfschmerzen, verstopfte Nase und Fließschnupfen oder Gesichtsrötungen (Flush). Auch Ausschlag, Juckreiz, Müdigkeit, Schwindel und Kreislaufprobleme kommen vor.

Luvos-Heilerde imutox hat eine große Oberfläche und kann Histamin und andere biogene Amine aus der Nahrung binden. Zudem kann der gereizte Darm beruhigt werden. Die Einnahme ist insbesondere zu histaminreichen Mahlzeiten empfehlenswert.

Forschung zur innerlichen Anwendung

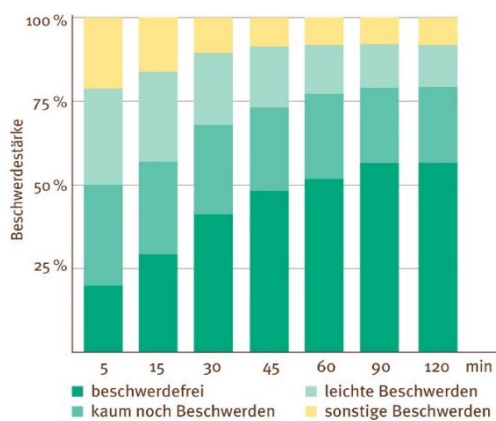
Wie ist das wissenschaftliche Vorgehen bei einem solch altbewährten Hausmittel? Zunächst geht es darum festzustellen, bei welchen der zahlreichen Anwendungsgebiete und Beschwerden Luvos-Heilerde besonders gut hilft.

Studie: Heilerde bei Sodbrennen und anderen Refluxbeschwerden

In einer in mehreren Arztpraxen („multizentrischen“) durchgeführten Studie wurden Patienten mit Refluxbeschwerden befragt, wie sich eine Behandlung mit Luvos-Heilerde ultrafein auf die Beschwerden auswirkt (Kompendium Gastroenterologie 2018; Prof. Dr. med. H. Mönnikes, Dr. med. T. Orth). Es wurden 146 Patienten eingeschlossen, bei denen für mind. 2 Monate Sodbrennen und andere Refluxbeschwerden mind. zweimal pro Woche aufgetreten waren. Die Patienten hatten die Diagnose NERD (nicht erosive ösophageale Refluxkrankheit), d. h. es waren bei einer Magenspiegelung noch keine sichtbaren Geschwüre im Bereich der Speiseröhre aufgefallen. Von den 78 teilnehmenden Frauen waren 8 schwanger. Bei Schwangerschaft kommt es durch das größere Bauchvolumen nicht selten zu Reflux, also Aufsteigen von saurem und reizendem Mageninhalt in die gegen die Säure ungeschützte Speiseröhre, was zu dem unangenehmen brennenden Schmerz hinter dem Herzen „Sodbrennen“ führt.

Für die teilnehmenden Patienten waren 2 Gespräche mit Ihrem Arzt zu Beginn und am Ende der 14 tägigen Behandlung vorgesehen. Zur Behandlung sollten die Patienten bei einer Reflux-Attacke 1-2 Portionsbeutel Heilerde gemäß Gebrauchsinformation einnehmen. Der Schmerzverlauf jeder behandelten Schmerzattacke wurde von den Patienten in weiteren Fragebögen sowie in einem Tagebuch genau dokumentiert. Dadurch sollte in dieser Studie die Wirksamkeit, insbesondere der zeitliche Wirkverlauf und die Sicherheit bezüglich unerwünschten Wirkungen von Heilerde bei Sodbrennen erfasst werden – einschließlich der Dokumentation der individuellen gastrointestinalen Lebensqualität mit einem Spezialfragebogen.

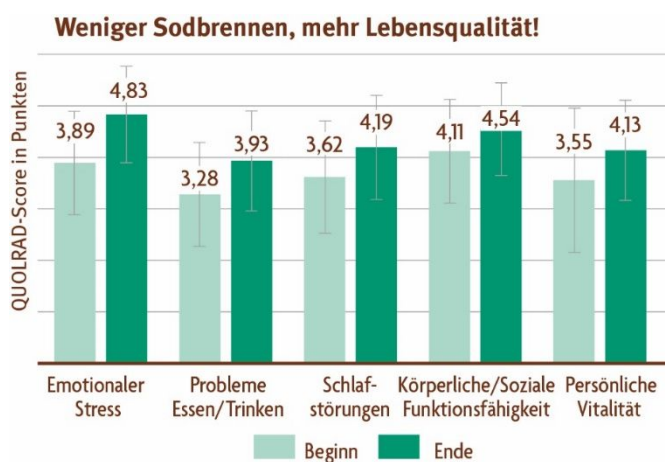
Auffallend bei den Patienten ist, dass die meisten über eine bereits viele Jahre andauernde Leidensgeschichte berichteten – rund die Hälfte mit Krankheitsdauern über 4 Jahren. Nur wenige Patienten schieden während der 14-tägigen Beobachtung aus. 137 Patienten wurden ausgewertet, deren Lebensqualität vorher durchschnittlich an 12 Tagen im Monat beeinträchtigt gewesen war. Am Ende war die Bewertung der Therapie mit Luvos-Heilerde ultrafein mit 51,1 % „sehr gut“ und 28,5 % „gut“, d. h. zusammen mit ca. 80% auffallend positiv.



Eine Beschwerdelinderung eines Anfalls zeigt sich bereits innerhalb der ersten 5 Minuten zum ersten Abfragezeitpunkt nach der Einnahme von Heilerde. Die Beschwerdelinderung nimmt danach kontinuierlich weiter zu und zeigt auch bei der letzten Abfrage nach 2 Stunden noch keine Abnahme der Wirkung. Dabei haben

die meisten Patienten nur eine Portion Heilerde eingenommen.

Überdies zeigt sich im Verlauf während der 14-tägigen Beobachtung, dass der Anteil von Patienten mit beschwerdefreien Tagen sehr deutlich zunimmt, was evtl. mit zu den außerordentlich guten Wirksamkeitsbeurteilungen führt. Um Veränderungen der Lebensqualität unter der Therapie mit ultrafeiner Heilerde zu erheben, wurden modifizierte Versionen der anerkannten Gastrointestinalen



Lebensqualitäts-Scores nach QOLRAD (Quality of Life in Reflux and Dyspepsia) und nach Eypasch angewendet. In allen vom QOLRAD-Scores erfassten Dimensionen ergaben sich deutliche Verbesserungen der Lebensqualität über den Behandlungszeitraum.

Reflux führt bei manchen Patienten auch zu Reizerscheinungen im Hals- und Mundbereich sowie in den Atemwegen. Bei denjenigen Patienten, die solche Beschwerden aufweisen, werden diese bei mehr als der Hälfte der Patienten beseitigt.

Die Verträglichkeit der Heilerde-Behandlung zeigt sich in dieser Studie als ausgezeichnet, weil überhaupt keine schwereren oder zum Abbruch der Behandlung führenden unerwünschte Wirkungen berichtet werden und nur je 1 Patient über Verstopfung bzw. Blähungen berichtet, wobei insbesondere bei letzterem kein Zusammenhang mit der Heilerde von den Ärzten gesehen wurde.

Somit wird durch diese aussagekräftige Studie die sichere und rasch einsetzende Beschwerdelinderung von Sodbrennen und Refluxbeschwerden durch Luvos-Heilerde ultrafein in vielen Aspekten durchgängig und eindrucksvoll bestätigt.

Studie bei Histamin-Intoleranz

Naturheilmittel kann vielen Patienten die Diät ersparen

Eine Histamin-Intoleranz kann die Lebensqualität der Betroffenen stark beeinträchtigen. Mit Luvos-Heilerde imutox lassen sich typische Beschwerden wirksam lindern und eine Diät wird oft überflüssig.

„Wichtig ist, dass die Diagnose einer Histamin-Intoleranz nicht verschleppt wird“, erklärt Dr. med. Michael Radecki, Facharzt für Allgemeinmedizin und Naturheilverfahren in Köln, einer der behandelnden Ärzte der Studie.

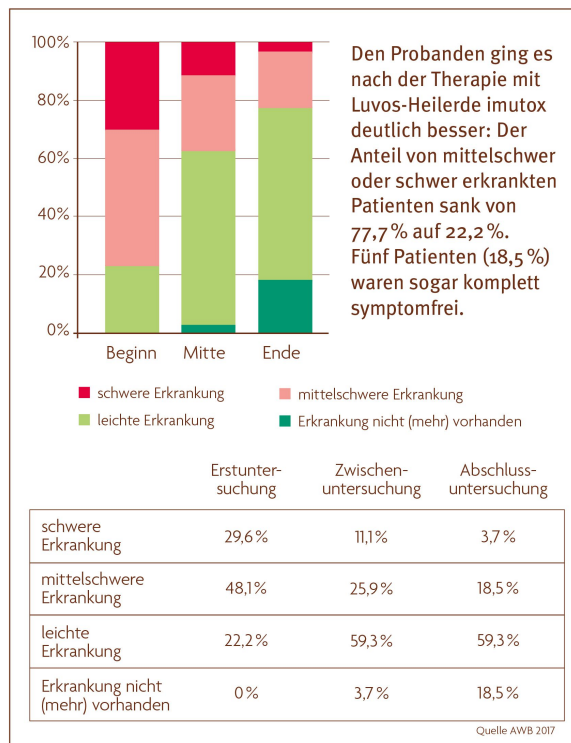
Study Design: Absorption of Histamine on Luvos® Heilerde
Test Substance: Luvos Heilerde
Lot No.: 14010
Target Substance: Histamine
Testing Device: Sotax AT7 Smart Dissolution Tester / Paddle Apparatus 50 rpm
Test Medium: Phosphate Buffer pH 7.5
Test Concentrations: 10 & 40 mg Histamine / 20.0 g Luvos® Heilerde / 400 ml Buffer pH 7.5 at 37 °C
Evaluation Method: HPLC/DAD according to Ph.Eur. 2.2.29
Test Date: 29.10.2014

Concentration	Initial Value		after 1 hour		after 2 hours	
	[mg/100ml]	[%]	[mg/100ml]	[%]	[mg/100ml]	[%]
Reference (20mg/400ml) *)	3,532	100,00	3,604	102,03	3,645	103,21
10 mg / 400 ml	2,077	100,00	1,347	64,86	1,329	63,98
40 mg / 400 ml	7,866	100,00	4,108	52,22	4,627	58,83

*) Reference Solution Histamine without Luvos Heilerde

Eine Therapie mit Heilerde-Pulver vermindert die Resorption des Histamins und kann bei dieser Erkrankung lohnend sein - dies zeigt eine nicht-interventionellen Studie (Kompendium Gastroenterologie, 13. Jahrgang 2017).

Die 27 Patienten der Studie mit langjährig gesicherter Histamin-Intoleranz erhielten ergänzend zu ihrer gewohnten, histaminarmen Diät von ihren Ärzten die



Heilerde gemäß Gebrauchsinformation zum Einnehmen. Wirksamkeit und Verträglichkeit wurden zu Beginn, nach der halben Therapiezeit und am Ende erhoben – im Schnitt über 26 Tage (Median: 22 Tage). Bei jeder Konsultation wurden der Schweregrad der Erkrankung sowie Beeinträchtigungen dokumentiert.

Wirksamkeit bestätigt: Nach dem Urteil der teilnehmenden Ärzte nahmen in der Mehrzahl der Fälle sowohl der Schweregrad der Erkrankung als auch die Beeinträchtigungen deutlich ab. Die Wirksamkeit der Therapie wurde durch die Behandler am Ende für 23 Patienten (85,1 %) mit „sehr gute Besserung“ bzw. „gute Besserung“ beurteilt. Vier Patienten (14,8 %) konnten nach rund drei Wochen Behandlung mit dem Heilerde-Pulver auf die histaminarme Diät verzichten, fünf Patienten (18,5 %) waren sogar symptomfrei. Die Zahl der Patienten mit „leichter Erkrankung“ zu Beginn der AWB betrug 6 (22,2 %) und belief sich am Ende auf 16 (59,3 %).

Symptome gelindert: Die Einschätzung der Behandler spiegelt sich auch in der Auswertung der Patientenfragebögen wider. 23 der befragten 27 Patienten (85,1 %) vergaben für die Wirkung der Heilerde auf die Symptome der Histamin-Intoleranz eine positive Gesamtbewertung: 48,1 % bewerteten sie als „gut“ (13

Patienten), 33,3 % als „sehr gut“ (9 Patienten) und 3,7 % als „ausgezeichnet“ (1 Patient). Die Lebensqualität der Patienten verbesserte sich deutlich: 77,7 % fühlten sich nach der Heilerde-Therapie durch ihre Beschwerden kaum oder überhaupt nicht mehr beeinträchtigt vs. 22,2 % zu Beginn.

Bei keinem Patienten wurden schwere unerwünschte Effekte beobachtet. Ebenso ließ sich in keinem Fall ein Miss- oder Fehlgebrauch der Heilerde aus den Daten erkennen. Bei einem Patienten wurde über vier Tage Verstopfung als unerwünschtes Ereignis berichtet, die aber nach Dosisreduktion abklang. Dementsprechend bewerteten die Ärzte die Verträglichkeit zum Ende der Behandlung in der überwiegenden Mehrzahl der Fälle als „gut“ (25,9 %, 7 Patienten) oder „sehr gut“ (70,4 %, 19 Patienten).

Studie bei funktionellen Magen-Darm-Störungen

Eine weitere Studie an der Abteilung Naturheilkunde der Charité Berlin hatte zum Ziel, die Wirksamkeit von Luvos-Heilerde orientierend bei Patienten mit funktionellen Magen-Darm-Störungen zu untersuchen und deren Abhängigkeit von den verschiedenen Hauptbeschwerden darzustellen (Kompendium Gastroenterologie, 8. Jahrg. 2012, Nr. 1).

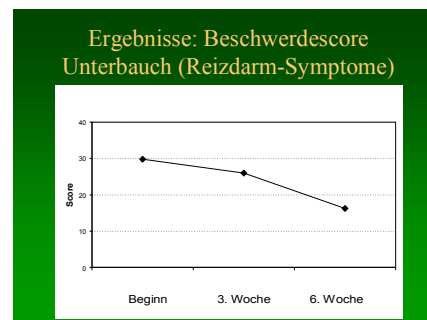
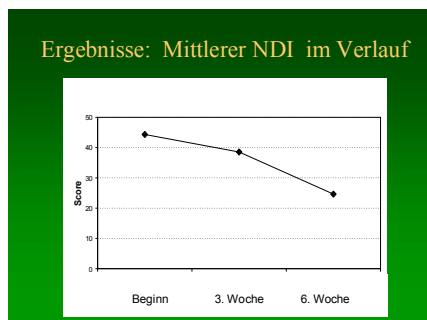
Das überraschend große Interesse vieler Patienten an der Studie belegt, dass offenbar viele von der Schulmedizin keine befriedigenden Behandlungsangebote erhalten und auf Alternativen aus der Naturheilkunde warten. Nach zum Teil aufwändigen Untersuchungen zum Ausschluss organischer Ursachen, wie Geschwüre oder Krebs, werden die Patienten dahingehend beschieden, dass nichts zu finden sei und außer Medikamenten eine psychische Behandlung sinnvoll sei, was allerdings für Patienten mit konkreten chronischen Bauchbeschwerden offenbar wenig attraktiv ist.

In der Studie wurden insgesamt 64 Patienten mit verschiedenen funktionellen Magen-Darm-Beschwerden untersucht. Männer und Frauen waren im gleichen Verhältnis dabei, mit einer weiten Altersverteilung und einem Altersdurchschnitt von 50 Jahren. Ein Großteil der Patienten gab an, dass sie bereits jahre- bzw. jahrzehntelang Beschwerden hatten. 60 Prozent der Patienten hatten innerhalb

der letzten sechs Wochen andere Magen-Darm-Mittel eingenommen. Es gab nur erstaunlich wenige Raucher, während gelegentlicher Alkoholkonsum von der Mehrheit angegeben wurde.

Da die Beschwerden im Einzelnen völlig unterschiedlich waren, wurde für die globale Aussage zur Wirksamkeit ein Fragebogen verwendet, bei dem einzelnen Symptomen je nach Schweregrad und Häufigkeit bestimmte Punktwerte zugeordnet wurden, die anschließend zusammengezählt wurden. Im Ergebnis zeigte sich, dass die Patienten bei den Gesamtbeschwerden des oberen Verdauungstraktes, ausgehend von einem mittleren Wert von 44, eine Besserung erfuhren, was sich nach sechswöchiger Behandlung in einem deutlich reduzierten mittleren Wert von rund 25 widerspiegelte. Bei einer Zwischenuntersuchung nach drei Wochen war die Besserung bei Weitem noch nicht so stark ausgeprägt.

Ähnlich verhielt sich der Gesamtwert der Beschwerden im unteren Verdauungstrakt (z. B. Reizdarm, Darmkrämpfe, Durchfall, Verstopfung): Hier besserten sich im Mittel die Beschwerden von einem Summenwert von 30 auf 16 nach sechs Wochen Behandlung mit Luvos-Heilerde.



Nebenwirkungen auf andere Organsysteme wurden nicht beobachtet. Da aber in einer solchen Studie auf alle möglichen Nebenwirkungen besonderes Augenmerk gelegt wird, ist es nicht verwunderlich, dass einige Patienten neue und meist vorübergehende Symptome entwickelten. Dabei blieb dann zunächst nicht geklärt, ob diese durch Luvos-Heilerde ausgelöst worden sind oder ob es sich um eine normale Verlagerung der Symptome bei einer insgesamt gestörten Verdauung handelt.

Als Ergebnis der Studie ist festzuhalten, dass sich Beschwerden nach einer längeren Behandlungsdauer mit Luvos-Heilerde deutlich bessern. Die Ergebnisse dieser Studie sind selbstverständlich nicht auf andere Erden übertragbar. In der Selbstmedikation mit Luvos-Heilerde ist zu beachten, dass bei ernsteren und schweren Beschwerden ärztliche Beratung einzuholen ist, insbesondere bei über mehrere Tage anhaltenden Durchfällen wegen des damit verbundenen Flüssigkeits- und Salzverlustes.

Äußerliche Behandlung

Äußerlich wird Heilerde schon seit Jahrtausenden angewendet. So wie der Urmensch wälzen sich viele Tiere im Schlamm, um ihr Fell mit einer schützenden Kruste zu bedecken, die beim Trocknen eine sanfte Abkühlung bringt. Eine Erdkruste schützt die Haut besser als jedes Sonnenschutzmittel vor UV-Strahlung, vor Insekten genauso wie vor Brennesseln oder dornigem Gestrüpp. Hildegard von Bingen empfahl zur Behandlung von Verletzungen heilende Erden für die Wundheilung.

Anwendungsgebiete

Heilerde wird angewendet als Gesichtsmaske, Peeling, Umschlag, Verband und Packung sowie in Spülungen und Bädern, als Puder bei

- Hautbeschwerden
- Entzündungen
- Muskel- und Gelenkbeschwerden (Sportverletzungen)
- Haut- und Haarpflege

Luvos-Heilerde 2 hautfein gibt es als Pulver oder als gebrauchsfertige Paste.

Wirkung der Heilerde bei äußerlicher Anwendung

Luvos-Heilerde hat eine optimale mineralische Struktur und wirkt rein physikalisch über ihre große Oberfläche und die bei der Trocknung entstehende Saugwirkung von innen nach außen (50 bis 150 mm Hg Saugdruck). Fett, Talg, Wundsekrete und andere Flüssigkeiten sowie darin gelöste und ungelöste Stoffe und Bakterien werden aufgenommen und gebunden. Hierin beruht die intensive

Wirkung der Heilerde auf die Haut. Die Nervenfunktionen werden unterstützt, die Funktion der Hormondrüsen normalisiert, Kreislauf und Stoffwechsel (Versorgung des Gewebes mit Sauerstoff und Nährstoffen, Abtransport von Stoffwechselschlacken) werden angeregt. Die Bildung gesunden Gewebes wird gefördert (wundheilungsfördernd). Je nach Behandlungsziel können wärmende oder kühlende Effekte genutzt werden.

Anwendung bei Hauterkrankungen

Die äußerliche Anwendung von Heilerde kann besonders empfohlen werden bei Akne vulgaris, Rosacea (Gesichtsrose), Psoriasis (Schuppenflechte), Urtikaria (Juckreiz), Insektenstichen, Brandwunden, Sonnenbrand, Herpes labialis, Herpes zoster und Stomatitis aphthosa. Die Anwendung der Heilerde verspricht eine gute Wirkung selbst bei ausgeprägten Hauterkrankungen – bei hervorragender Verträglichkeit. Es ist aber unbedingt auf den individuellen Hautzustand Rücksicht zu nehmen. Daher kann die Anwendungshäufigkeit sehr stark variieren – von rund einmal pro Woche bis zu täglich.

Der aufgelegte Heilerdebrei trocknet langsam von außen her. Dabei bindet und saugt die Heilerde durch Kapillarkräfte Stoffe auf – ähnlich wie Flüssigkeiten durch Löschpapier.

Auch bei großflächiger Anwendung fühlt sich die Heilerde sehr angenehm an und blättert nicht so schnell ab, obwohl sie beim Trocknen schrumpft und Risse bildet. Wenn schließlich die getrocknete Heilerde abgerieben oder abgespült wird, ist die Haut so gut von auf der Haut liegenden Stoffen und Erregern gereinigt, dass praktisch kein Fettfilm mehr vorhanden ist; diese Entfettung und Hautreinigung ist genauso intensiv wie mit chemischen Lösungsmitteln (Alkohol), aber weitaus schonender!

Akne, Pickel, fettige, unreine und entzündliche Haut

Bei Akne ist es wichtig, die Haut regelmäßig zu reinigen und von überschüssigem Talg und Hautfett zu befreien. Für eine entfettende/reinigende Wirkung von Heilerde reicht ein gut messerrückendicker (zwei bis drei Millimeter) Auftrag von

anfangs nicht zu festem Heilerdebrei (so fest wie Schlagsahne) oder der gebrauchsfertigen Paste, der lauwarm angelegt, in trockener warmer Luft nach rund einer halben Stunde durchgetrocknet sein sollte. Vor dem Abwaschen kann man einen Großteil der Schicht abbröseln. Dieses Abbröseln hat eine Peeling-Wirkung, bei der die abgestorbene Hornschicht mitsamt der lose-anliegenden Hautschuppen entfernt wird.

Wird eine weniger intensive Reinigung/Entfettung der Haut gewünscht, lässt man die aufgetragene Heilerde nicht völlig durchtrocknen, sondern entfernt sie nach kürzerer Einwirkung. Es kann dann öfter neue Heilerde aufgetragen werden, und dies bringt eine gewisse Kühlung und Hautberuhigung bei gereizter Haut, z. B. bei juckenden Entzündungen und Schwellungen. Man kann aber auch Heilerde mit einem Öl wie Nachtkerzen- oder Jojobaöl mischen. Wenn die Haut nach der Heilerde-Anwendung unangenehm trocken wird, schuppt und zum Hautjucken neigt, ist eine Rückfettung mit geeigneten Hautölen wie Nachtkerzenöl sinnvoll.

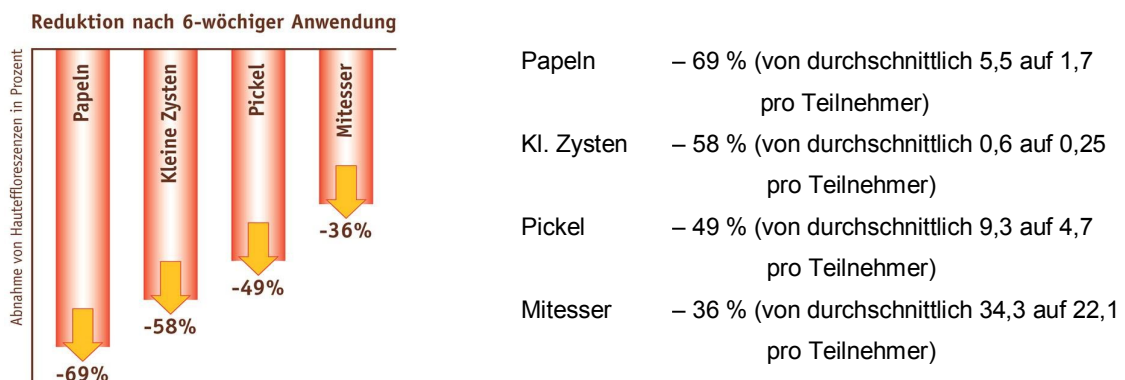
Prospektive „Fernstudie“ bei unreiner Haut und Akne

Im Rahmen einer prospektiven „Fernstudie“ untersuchte die Abteilung Naturheilkunde der Berliner Charité, inwieweit die kurmäßige Anwendung einer Heilerde-Gesichtsmaske das subjektiv empfundene Hauterscheinungsbild bei unreiner Haut und Akne beeinflusst. Insgesamt erhielten 250 Personen ein Paket mit Produkten, einer ausführlichen Anleitung, Fragebogen und Tagebuch. Angesichts eines Rücklaufs von 175 Fragebögen können die im Folgenden beschriebenen Ergebnisse als repräsentativ eingestuft werden.

Bis auf zwei Männer waren alle Teilnehmer weiblich und durchschnittlich 32 Jahre alt, der Anteil der Nichtraucher lag bei 70 %. Unreine Haut wurde seit durchschnittlich 16 Jahren beobachtet, hauptsächlich ausgelöst durch psychischen Stress (137 Nennungen), gefolgt von Schokolade (63 Nennungen); Sonnenbestrahlung, Östrogene (Pille) und Chemikalien wurden selten angeführt (jeweils weniger als 23 Nennungen). Die meisten Teilnehmer führten Art und Anzahl der Hauterscheinungen gewissenhaft auf. Der Ausgangswert der Effloreszenzen legt nahe, dass viele Teilnehmer durchaus mit der Diagnose Acne vulgaris zu versehen gewesen wären. Gemäß der Empfehlung wurden die Masken 2- bis 3-mal pro Woche angewendet (Durchschnittswert 2,5-mal für

16 Min.). Schwierigkeiten bei der Anwendung hatten nur 12 % der Teilnehmer. Knapp zwei Drittel (65 %) spülten die Maske mit Wasser ab, 29 % rubbelten die angetrocknete Maske ab, um einen zusätzlichen Peelingeffekt zu erzielen.

Die Ergebnisse der 6-wöchigen Kur sind vor allem hinsichtlich ihrer deutlichen Ausprägung bemerkenswert: Die signifikante Abnahme der Effloreszenzen insgesamt liegt im Rahmen von anderen Therapieoptionen der Acne vulgaris. Bei der Anwendung von Heilerde wurden jedoch keine Nebenwirkungen beobachtet.



Das Hautgefühl wurde während der Anwendung mit der Schulnote 2,3 beurteilt, danach mit 2,0. Gut ein Viertel der Teilnehmer (28 %) entschied sich für eine Nachfettung nach der Heilerde-Maske. Viele Teilnehmer, die ihren Hautzustand ursprünglich als mäßig oder schlecht eingestuft hatten, beurteilten ihn am Ende der Anwendung als gut oder sehr gut – die Veränderung betrug durchschnittlich 0,78 – also knapp eine Schulnote. Ein Austrocknen der Haut wurde kaum beobachtet. Hautsymptome und Lebensqualität besserten sich deutlich. Entsprechend positiv fiel das Gesamturteil der Teilnehmer aus: Rund 80 % der Teilnehmer bewerteten Empfindung, Hautgefühl und Wirksamkeit der Heilerde-Maske als gut oder sehr gut.

Neurodermitis und Psoriasis

Bei Neurodermitis und Schuppenflechte wird ein sanft kühlender Umschlag mit Luvos-Heilerde angelegt. Therapieziel ist die Linderung des Juckreizes und eine schonende Ablösung der Schuppen. Dazu kann die Heilerde mit Wasser oder mit Fett/Öl angerührt werden. Außerdem werden an die Heilerde Keime und der Lipidfilm mitsamt seiner entzündungsfördernden Substanzen gebunden. Luvos-

Heilerde hemmt zusätzlich die Sekretbildung und Blutung unter den abgelösten Schuppen und fördert die normale Wundheilung. Nach dem Trocknen der Heilerde wird sie mit Wasser abgespült. Dabei werden Schuppen schonend gelöst. Heilerde bietet mit ihren umfassenden Wirkungen auf die Haut einen Ausgleich und fördert die Abheilung der Schuppenflechte. Luvos-Heilerde eignet sich nicht nur für die Behandlung von bereits vorhandenen schuppigen Herden, sondern auch zum Abmildern eines neuen Schubes, wenn man frühzeitig die entsprechenden Hautpartien damit behandelt.

Cellulite

Bei Cellulite entschlacken und straffen Körperwickel mit Luvos-Heilerde das Gewebe. Dazu wird ein Wickel ca. 20 – 30 Minuten an die betroffenen Stellen angelegt. Anschließend die Heilerde mit einem Tuch abfrottieren und Reste mit klarem Wasser abspülen. Der Wickel steigert die Durchblutung an den betroffenen Stellen und aktiviert den Stoffwechsel. Das Hautbild verbessert sich deutlich sichtbar. Wickel werden regelmäßig 2- bis 3-mal pro Woche angewendet.

Anwendung bei Entzündungen

Heilerde wird direkt auf Wunden und entzündete Stellen als salbenartige Paste aufgetragen. Hierzu gehören u. a. Verbrennungen, Sonnenbrand, Insektenstiche, oberflächliche Venenentzündungen (z. B. Krampfadern) und Entzündungen der Lymphgefäße.

Zellgifte, Bakterien und Zersetzungsprodukte werden an die Heilerde gebunden und so der Wundheilungsprozess gefördert. Die Wundreinigung erstreckt sich durch den Saugeffekt auch auf die darunterliegenden Bereiche. Hierbei kommt es zu besonders intensiver Wechselwirkung zwischen der Heilerde und dem entzündeten Gewebe. Dies führt auch dazu, dass Schmerzen schneller abklingen. Nässende Wunden trocknen leichter.

7 Teile Heilerde werden mit ca. 2 Teilen Wasser zu einer salbenartigen Paste verrührt oder es wird die gebrauchsfertige Paste Luvos-Heilerde 2 hauffein ver-

wendet. Grundsätzlich gilt: Je größer die zu behandelnde Fläche ist, desto dünner sollte die Heilerdepaste aufgetragen werden: auf größere Flächen bleistift-dick, auf kleinere Flächen fingerdick. Mit einem feuchten Wickel wird die Stelle umwickelt und mit einem trockenen Tuch abgedeckt.

Trockenes Aufpudern von Heilerde-Pulver wird bei blutenden oder Sekret fördernden Wunden angewandt. Durch die große Oberfläche der Heilerde wird die Blutung rasch gestillt und Sekrete werden aufgesaugt. Nässende Wunden trocknen leichter ab, die Wundheilung wird gefördert. Die feine Heilerde bietet Erregern keinen Nährboden. Es bilden sich Krusten, unter denen die Wundheilung gut vonstatten gehen kann. Überschüssiges Pulver wird nach kurzer Zeit vorsichtig weggeblasen.

Liegen **Stauungszustände**, z. B. im Rahmen von **Krampfaderleiden** (chronisch-venöse Insuffizienz) oder gar **Lymphstauungen** vor, ist es sinnvoll, die Heilerde dicker aufzutragen; diese schrumpft dann beim Trocknen und übt dadurch eine Abfluss fördernde Wirkung auf das Lymphsystem und die Venen aus, wie man sie sonst durch Kompressionsmaßnahmen wie Lymphdrainage erreicht. Hierzu wird ein zähflüssiger Heilerdebrei mindestens fünf Millimeter dick aufgetragen, den man vollkommen trocknen lässt. Die Trocknung wird beschleunigt in warmer, trockener Umgebung sowie unter Sonnen- oder Rotlicht.

Anwendung bei Muskel- und Gelenksbeschwerden

Ein weiteres Anwendungsgebiet sind rheumatische Beschwerden und verletzungsbedingte Entzündungen. Auflagen mit feuchtem Heilerdebrei beeinflussen wie andere Kneipp-Anwendungen die Temperaturregulation im betroffenen Hautgebiet.

Kalte Anwendungen sind das Mittel der Wahl bei akut-entzündlichen Beschwerden, da Kälte das Schmerzempfinden verringert und so zur Linderung der Beschwerden beiträgt. Die Kühlwirkung kann intensiviert werden, indem der Heilerdebrei vorher in den Kühlschrank gestellt und dann relativ flüssig und dennoch streichfähig sowie nicht zu dünn aufgebracht wird. Man streicht dazu praktischerweise den Brei auf Wickeltücher aus durchlässigen Stoffen und legt

diese dann auf die betreffenden Körperstellen. Man verzichtet aber möglichst auf Außentücher und Decken, um die Verdunstung nicht zu hemmen. Außerdem nimmt man den Wickel mitsamt dem noch feuchten Heilerdebrei rechtzeitig ab, bevor eine zu starke Erwärmung spürbar wird. Hauptanwendungsgebiete lokaler Kühlbehandlungen sind entzündete Gelenke im Rahmen von Verletzungen oder entzündlichen und degenerativen rheumatischen Beschwerden (Arthritis und Arthrosen). Kühlbehandlungen sind darüber hinaus bei Venenentzündungen und bei venösen Stauungen (schwere Beine) angezeigt. Weiterhin können reflektorische Wirkungen auf innere Organe genutzt werden und die allgemein harmonisierende Wirkung einer Auflagentherapie, wenn der Wickel nicht zu kalt angelegt wird und die allmähliche Erwärmung erlebt wird. In diesem Punkt unterscheidet sich Heilerdebrei nur geringfügig von anderen Peloiden wie Fango, Moor usw. und könnte auch warm-heiß angewendet werden.

Warme Anwendungen werden hauptsächlich bei schleichend degenerativen Beschwerden eingesetzt, da sie für eine bessere Durchblutung der Muskulatur und damit für eine wohltuende Entkrampfung sorgen. Bei warmen Anwendungen wird die Paste dickflüssiger angerührt. Grundsätzlich gilt: Je größer die zu behandelnde Fläche ist, desto dünner sollte die Heilerdepaste aufgetragen werden. Wickel sollten vollständig durchtrocknen, da sie über den gesamten Zeitraum ihre Wirkung entfalten, was je nach Größe der Fläche bis zu zwei Stunden dauern kann.

Richtig wickeln

Für Wickel oder Umschläge werden ca. 7 Teile Luvos-Heilerde mit ca. 2 Teilen Wasser zu einer salbenartigen Paste angerührt oder die gebrauchsfertige Paste verwendet. Auch hier gilt: Je größer die zu behandelnde Fläche ist, desto dünner sollte die Heilerdepaste aufgetragen werden: auf größere Flächen bleistift dick, auf kleinere Flächen fingerdick.

Für einen Wickel eignen sich gut luftdurchlässige Leinen- oder Baumwolltücher, die vor der Behandlung in Wasser getaucht und ausgewrungen werden. Wer keine Wickeltücher zur Hand hat, kann mit abgeschnittenen Strümpfen oder Strumpfhosen einen Wickel improvisieren. Die Paste aus Heilerde wird direkt auf

die zu behandelnde Stelle aufgetragen und mit dem feuchten Wickeltuch umwickelt. Alternativ kann die Paste auch auf das Tuch aufgetragen werden, das dann um die Körperpartie gewickelt wird. Über das Wickeltuch wird ein größeres trockenes, ebenfalls luftdurchlässiges Leinen- oder Baumwolltuch gelegt, das mit Sicherheitsnadeln befestigt wird. Dabei sollte beachtet werden, dass bei der Anwendung von Heilerde nicht auswaschbare braune Verfärbungen zurückbleiben können, insbesondere bei hellen Textilien.

Dauer der Wickel-Anwendung

Bei kalten Anwendungen wird der Wickel wieder abgenommen, sobald ein Wärmegefühl auftritt.

Warme Wickel werden nach vollständigem Durchtrocknen abgenommen, damit sie über einen längeren Zeitraum ihre Tiefenwirkung entfalten, was je nach Größe der Fläche bis zu zwei Stunden dauern kann.

Entgiftung über die Haut

Studien zeigen, dass Feinstaub, Schadstoffe und Umweltgifte aus der fortwährenden Luftverschmutzung die Haut und deren Zellen schädigen können. Dies kann die Hautalterung beschleunigen und die Barriere-Funktion der Haut stören. Zudem können sich Irritationen und Allergien häufen. Schutz vor Feinstaub wird zunehmend wichtiger. Regelmäßiges äußerliches Entgiften („Skin-Detoxing“) kann der Haut ihre Kraft, Frische und ihr Strahlen zurückgeben. Luvos-Heilerde imutox Paste mit Kapuzinerkresse kann Stoffwechselprodukte und Schadstoffe aufgrund ihrer besonderen Bindungseigenschaften ad- und absorbieren und reinigt die Haut porentief. Sie kann zudem als mineralischer Katalysator freie Radikale auf der Hautoberfläche abbauen und vor Folgeschäden durch oxidativen Stress schützen. Beim Trocknen der Paste entsteht eine Sogwirkung. Die Durchblutung der Haut wird verbessert; sie wird wieder mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Auf diese Weise kann Luvos-Heilerde imutox Paste die natürliche Entgiftungsfunktion der Haut unterstützen. Die Paste wird für Gesicht und Körper angewendet. Zur ganzheitlichen Entgiftung wird sie zusammen mit Luvos-Heilerde zur Einnahme empfohlen.

Fragen zur Heilerde. Bitte kreuzen Sie die richtigen Antworten an.

Frage Nr. 1: Luvos-Heilerde besteht aus folgendem Material:

- a) Sand mit verwitterten organischen Bestandteilen
- b) Löss
- c) Lehm
- d) Peloid
- e) vulkanischer Lava

Frage Nr. 2: Luvos-Heilerde wirkt bei innerlicher Anwendung durch:

- a) hohes Säurebindungsvermögen
- b) Feinheit des Pulvers
- c) Ad- und Absorption
- d) Kapillarkräfte
- e) Toxinbindung

Frage Nr. 3: Welche Erkrankung / welches Symptom gehört zu säurebedingten Magenbeschwerden?

- a) Gastritis
- b) Sodbrennen
- c) Reflux
- d) vorzeitiges Sättigungsgefühl
- e) Ösophagitis

Frage Nr. 4: Laut einer Studie lassen sich folgende Behandlungsergebnisse bei Patienten mit funktionellen Magen-Darm-Beschwerden (Reizdarm und Reizmagen) erzielen:

- a) Typische Symptome wie Magendruck, Völlegefühl, Aufstoßen sowie Blähungen und Durchfall werden deutlich gebessert. Eine Kur sollte mindestens drei bis sechs Wochen dauern.
- b) Bestehende Obstipation wird besonders deutlich gebessert.
- c) Darmkrämpfe werden besonders deutlich gebessert.

Frage Nr. 5: Luvos-Heilerde mikrofein kann den Cholesterinspiegel positiv beeinflussen, durch:

- a) Bindung von Cholesterin aus der Nahrung
- b) Bindung von Gallensäuren im Darm
- c) Bindung von Cholesterin im Blut

Frage Nr. 6: Bei Diarrhoe erklären folgende Mechanismen von Luvos-Heilerde ultrafein die Wirkung:

- a) Beeinflussung der Bakterienflora
- b) Bindung von Gallensäuren
- c) Bindung von Gasen
- d) Sekretionsförderung im Kolon

Frage Nr. 7: Luvos-Heilerde imutox ist natürlich wirksam zur Entgiftung, da sie Schadstoffe und Umweltgifte aus der Nahrung bindet und hilft, sie auszuleiten. Sie ist auch zur Daueranwendung geeignet. Wann kann die Einnahme empfohlen werden?

- a) um den Körper bei der Abwehr schädlicher Stoffe zu unterstützen und ihn zu entlasten, sollte Heilerde regelmäßig eingenommen werden
- b) zur Unterstützung von Detox- und Fastenkuren
- c) im Sommer

Frage Nr. 8: Wie kann Luvos-Heilerde imutox die Beschwerden bei Lebensmittelunverträglichkeiten durch Histaminintoleranz lindern?

- a) Luvos-Heilerde bindet Histamin und andere Reizstoffe aus der Nahrung, die dann auf natürliche Weise ausgeschieden werden.
- b) Symptome wie Hautrötungen, Juckreiz, eine laufende oder verstopfte Nase sowie Magen-Darm-Probleme werden durch Luvos-Heilerde gelindert.
- c) Die Produktion des Enzyms Diaminoxidase (DAO) wird angeregt.
- d) Der gereizte Darm wird beruhigt.

Frage Nr. 9: Welche Nebenwirkungen können durch die Einnahme von Heilerde auftreten?

- a) Durchfall
- b) Übelkeit
- c) Kopfschmerzen
- d) Bislang sind keine Nebenwirkungen bekannt.

Frage Nr. 10: Wie wirkt Luvos-Heilerde 2 hautfein äußerlich?

- a) physikalisch über ihre große Oberfläche
- b) Saugwirkung von innen nach außen
- c) Fett, Talg und Wundsekrete werden aufgenommen und gebunden
- d) wundheilungsfördernd, da die Bildung von neuem Gewebe gefördert wird
- e) wärmestaubildend

Frage Nr. 11: Für die äußerliche Anwendung mit Heilerde gilt:

- a) Beim Trocknen entstehen Kapillarsaugkräfte, welche die Durchblutung steigern.
- b) Die getrocknete Heilerde kann nur nass entfernt werden.
- c) Die desinfizierende Wirkung wird verstärkt durch Verwendung von Ölen.
- d) Heilerde soll nur 10 Minuten auf der Haut verbleiben.
- e) Stoffe werden ad- und absorbiert.

Frage Nr. 12: Äußerliche Heilerde-Anwendungen eignen sich bei:

- a) Akneformen und unreiner Haut
- b) blutenden Schürfwunden
- c) Juckreiz
- d) Neurodermitis
- e) stumpfen Traumen (Prellungen oder Quetschungen)
- f) Unterkühlung