
Wirkstoffe und Behandlungsmöglichkeiten – sanus per terram

Heilanwendungen mit Erde sind so alt wie die Menschheit. In allen Kulturen wurde damit zur Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit therapiert. Doch wie unterscheiden sich die verschiedenen Erdsorten und welche eignen sich zur Anwendung im Bereich Wellness?

MARINA SEEWALD

Lehm als Mischung aus Sand, Schluff und Ton ist die häufigste Bodenform. Durch spezielle Aufbereitungsformen entsteht daraus Heil- bzw. Mineralerde. Zu den wichtigsten Eigenschaften der Heilerde zählen das Wasserbindungsvermögen und die damit verbundene Plastizität, die Wärmehaltung, das Sorptionsvermögen. Wird sie eingenommen, entfaltet sie eine entgiftende Wirkung auf den Darm und wirkt mineralisierend. Aus diesem Grund setzt man Heilerde bei akuten Durchfällen zur Bindung der Gifte und zum Ausgleich des Mineralverlustes ein. Äußerlich reicht das Anwendungsspektrum von kalten und warmen Heilschlamm-packungen über Heilschlamm-bäder für den ganzen Körper bis zu Lehmhand- und -fußbädern. Bei kalten Anwendungen verengen sich die Blutgefäße, die Muskelspannung wird vermindert und der Stoffwechsel verlangsamt. Dadurch klingen Entzündungen ab, Schmerzen lassen nach und Schwellungen gehen zurück. Sobald der Schlamm trocknet, entsteht ein Saugeffekt, der Gewebeflüssigkeit von innen nach außen leitet. Gleichzeitig erzeugt das Trocknen eine wohltuende Wärme im tiefe-



Gesundheit aus der Erde

Foto: Haslauer

ren Gewebe. Der Kreislauf wie der Stoffwechsel werden angeregt, das Gewebe vermehrt mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und Schlacken abtransportiert. Masken aus Heilerde wirken gegen Entzündungen und Hautunreinheiten, reinigen die Poren und entfetten die Haut.

Grüne Mineralerde aus Frankreich zeichnet sich durch ihren natürlichen Gehalt an wertvollen Nähr-, Mineralstoffen und Spurenelementen aus. Eingenommen sorgt sie für einen ausgeglichenen Mineralstoffhaushalt. Äußerlich wird sie in Form von Umschlägen, Bädern, Masken und Packungen verwendet. Eine weitere Form der Heilerde ist die so genannte Wascherde (Rhassoul). Sie zieht alles an, was die Haut belastet: Schmutz, überschüssiger Talg sowie Bakterien werden gebunden und abtransportiert.

Posidonienschiefer

In bestimmten Regionen Süddeutschlands (u.a. bei Holzmaden und Balingen) findet man größere Vorkommen von Posidonienschiefer. Der

Name kommt von einer kleinen Muschel »Posidonia« (heute Bositra). Das Gestein ist schwarz, bituminös und bekannt für seine außergewöhnliche Fossilhaltung. Aus ölhaltigem Posidonianschiefer wird der Boller Jura Fango gewonnen. Er hat eine hohe Wasserbindungsfähigkeit und dadurch Wärme erhaltende Eigenschaften. Durch den relativ hohen Ölgehalt bleibt er lange elastisch und in gutem Hautkontakt. Seine Tiefenwärmung und der hohe Gehalt an Mineralien stehen für langfristige Heilerfolge bei Schmerztherapie, rheumatischen Erkrankungen oder Verschleißerscheinungen.

Weißer Ton und Kreide

Kaolin ist ein feiner, eisenfreier, weißer Ton, der zur Papier- und Porzellanherstellung dient. Der Puder fühlt sich weich und fettig an und wird deshalb oft im kosmetischen Bereich als Bestandteil von Pudergrundlagen verwendet. Er absorbiert das Hautfett und wirkt deshalb mattierend. Innerlich angewendet lindert er Sodbrennen, Erbrechen, Übelkeit und Durchfälle. Als Körperpackung wirkt angerührtes Kaolin leicht entschlackend und erfrischend.

Ebenfalls weiß ist die Kreide. Seit etwa 100 Jahren wird sie mit zunehmendem Erfolg als »Heilkreide« auf Rügen verwendet. Entstanden ist sie durch Meeresablagerungen von Austern, Muscheln, Seeigeln, Donnerkeilen sowie Feuersteinen. Die weiße Farbe, die Geruchlosigkeit und die feincremige Struktur der Rügener Heilkreide vermittelt ein Gefühl von absoluter Reinheit. Im trockenen Zustand besteht sie größtenteils aus kohlenautem Kalk sowie verschiedenen Mineralverbindungen. Durch diese Zusammensetzung und aufgrund ihrer besonderen Wärmespeicherfähigkeit erklärt sich ihre lindernde Wirkung bei rheumatischen Erkrankungen, Arthrosen und Hauterkrankungen.

Moorbehandlungen

Moor setzt sich im Gegensatz zu Lehm und Heilerden überwiegend aus organischen Substanzen zusammen. Diese Inhaltsstoffe könnten gut vom Organismus aufgenommen werden und spielen eine wichtige Rolle für die Wirkung des Moors. Moor besteht zu 96 Prozent aus Wasser. Den Rest bildet eine konzentrierte Menge aus Pflanzen, die teilweise nur unvollständig zersetzt werden können. Die Therapie mit Moor wird der Balneologie zugeordnet. Für eine gute thermophysikalische Wirkung ist ein massiver Einsatz von Torf notwendig. Biochemische Einflüsse auf den Organismus sind dagegen schon mit einer geringen Menge an Torfinhaltsstoffen möglich. Der Rohstoff Moor kommt in der Natur nass vor und ist von dunkelbrauner bis schwarzer Farbe. Er wird mit mehr oder weniger Wasser zu Packungen, Pasten und Bädern aufbereitet. Zusätzliche Prozesse führen zu Trinkmoor. In der Kosmetik verwendet man nur die reinen Moorwassersubstanzen, das so genannte Schwarzwasser. Es enthält wertvolle biochemische Wirkstoffe, auf die es in der Kosmetik ankommt.

Bei physikalischen Moorbehandlungen im Rahmen von Erkrankungen des Gelenkapparates wurde beobachtet, dass zusätzlich eine Besserung von Hauterkrankungen eintrat. So nutzt man im Kosmetik- und Wellnessbereich die

stimulierenden, entzündungshemmenden, durchblutungsfördernden, adstringierenden und kräftigenden Wirkungen des Moores auf Haut und Organismus. Ein Moorheilbad muss richtig temperiert werden, darf nur bis maximal unters Herz gehen und nicht länger als 20 Minuten dauern. Abgewaschen wird nur mit klarem Wasser. Eine ausreichende Nachruhe ist unbedingt erforderlich.

Aus Meer und See

Bei Meeresschlick handelt es sich um Meeresboden und man hat die Wahl zwischen graugrünem Mineralschlamm aus dem Toten Meer und Meeresschlick aus den verschiedensten Regionen der Erde. Meeresschlamm enthält eine hohe Anzahl an Mineralstoffen und Spurenelementen sowie organische Substanzen. Behandlungen damit wirken



Foto: Babbar



Foto: Eschky

entspannend, hautstraffend und regen die Durchblutung an. Für kosmetische Pflegeprodukte wird der Schllick entsprechend aufbereitet. Seine Wirkstoffe unterstützen die natürlichen Hautfunktionen, stärken die Hautbarriere und spenden Feuchtigkeit.

Im Gegensatz zu Schllick ist Sesschlamm ein Produkt aus Kaltwasserseen. Auf dem Grund dieser Süßwasserseen haben sich Pflanzen, Algen, Plankton sowie anderes organisches Leben abgelagert und sind dort »kompostiert« worden. So besitzt dieser Schlamm organische wie auch mineralische Substanzen. Durch seine Struktur trocknet er nicht auf der Haut, sondern spendet Feuchtigkeit, pflegt die Haut und bildet ein kraftvolles Antioxidant.

Anwendungsmöglichkeiten im Spa

Sollen mit den vorgestellten Erdsorten neben Gesichts- und Teilkörperbehandlungen auch Ganzkörperbehandlungen durchgeführt werden, so sind bestimmte räumliche Voraussetzungen nötig. In den wenigsten Fällen geht es ohne Dusche. Für angewandte Balneologie werden zusätzlich Badewannen benötigt. Sinnvoll ist es auch, sich beim Hersteller rechtzeitig zu erkundigen, ob die vorhandene Rohrstärke für das anfallende Abwasser ausreicht. Ver-

stopfte Leitungen können zu unvorhergesehenen Reparaturarbeiten und Betriebsunterbrechungen führen. Die nach jeder Behandlung erforderlichen Reinigungsarbeiten in der Dusche oder Wanne müssen bei der Preisgestaltung und beim täglichen Zeitplan berücksichtigt werden.

Bei der Einplanung von entsprechenden Körperbehandlungen in Spa-Packages ist zu beachten, dass die Bäder und Ganzkörper-Packungen den Stoffwechsel anregen und damit in den meisten Fällen eine Nachruhe erforderlich machen. Diese Zeit lässt sich beispielsweise für eine »kleine« Gesichtsbehandlung, eine Teilkörpermassage, eine Maniküre oder Pediküre nutzen. Den Anfang des Behandlungsablaufes könnte ein spezielles Körperpeeling oder ein reinigendes Bad (z.B. vor einer Körperpackung) bilden.

Können für Erdbehandlungen lokale Ressourcen aus dem Umfeld genutzt werden, so wird eine besondere Authentizität erzielt. Diese auch Signature Treatments genannten Behandlungen können werbewirksam erfolgreich eingesetzt werden. Bekannte Beispiele hierfür sind: Rügener Heilkreide an der Ostsee oder Nordseeschlick in Sankt Peter Ording. ■

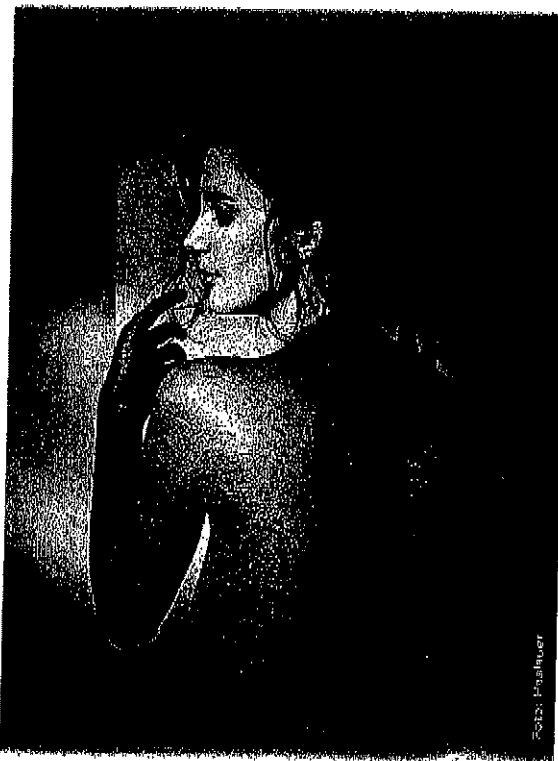


Foto: Pahlauer

Marina Seewald, Bankfachwirtin, Kosmetikerin, Visagistin, Farb- und Stilberaterin, war acht Jahre in ihrem eigenen Institut tätig und sammelte in verschiedenen Positionen innerhalb der Kosmetikindustrie umfangreiche Erfahrungen. Nach einer Weiterbildung zur Heilpflanzenexpertin ist sie im Trainingsbereich tätig und berät Kosmetikerinnen in allen Fragen der Selbständigkeit und des Marketings.

Kontakt: marinaseewald@web.de

