

## PFLANZE MIT NACHGEWIESENER HEILWIRKUNG

# ALOE VERA



Aloe Vera ist eine mehrjährige Pflanze, die zur Art der Kakteen gehört. In Europa ist sie besonders auf den kanarischen Inseln Fuerteventura und Lanzarote in großen Mengen zu finden. Die Pflanze ist längst für ihre positiven Wirkungen auf die Gesundheit bekannt und wird in der traditionellen Medizin weltweit verwendet. Was genau hat es mit dieser Pflanze auf sich, und welche positiven Wirkungen erzielt sie bei Mensch und Tier? Ich habe mir die Aloe Vera auf einer Farm auf Lanzarote genauer angesehen.

### GESCHICHTE DER ALOE VERA

Die Verwendung von Aloe Vera kann bis in die Antike zurückverfolgt werden, wo sie von verschiedenen Kulturen bereits für medizinische und kosmetische Zwecke genutzt wurde. Die alten Ägypter nannten sie „Pflanze der Unsterblichkeit“ und verwendeten sie zur Behandlung von Hautkrankheiten, Wunden und Verbrennungen. Diese Indikationen sind auch uns bekannt, denn Aloe Vera wird als After-Sun-Produkt nach dem Sonnenbaden empfohlen oder bei akutem Sonnenbrand aufgetragen. Auch heißt es, dass Nofretete und Königin Cleopatra Schönheitsrituale mit der Aloe Vera zelebrierten. Ebenso wussten die Griechen und die Römer um die Wirkungen dieser Pflanze. Sie setzten sie zur Behandlung von Wunden und Hautkrankheiten ein. Der griechische Arzt Dioskurides empfahl Aloe Vera als Heilmittel für Verletzungen und Geschwüre. Aber die Geschichte geht weiter, denn auch Araber und Chinesen nutzten die Pflanze bei Magen-Darm-Beschwerden, Fieber oder Hautkrankheiten.

## MODERNE ZEIT

Aloe Vera ist heutzutage auch bei uns als medizinisches und kosmetisches Heilmittel sehr beliebt und wird in vielen Produkten wie Hautcremes, Shampoos und Nahrungsergänzungsmitteln verwendet.

## HEILSAME SUBSTANZEN

Aloe Vera ist reich an Nährstoffen wie Vitaminen, Mineralien, Aminosäuren und Enzymen, die essenziell für die Erhaltung einer guten Gesundheit sind. Die Pflanze ist eine reichhaltige Quelle der wichtigsten Mineralien und Spurenelemente für den menschlichen Organismus. Sie enthält

**CHLORID:** unterstützt zusammen mit Natrium die Übertragung von Nervenimpulsen

**CHROM:** ist für die Regulation des Fettstoffwechsels verantwortlich, unterstützt verschiedene Enzyme und spielt bei der Steuerung des Sättigungsgefühls eine wichtige Rolle

**EISEN:** ist wichtig für Transport und Versorgung von Sauerstoff im Blut, auch für das Immunsystem

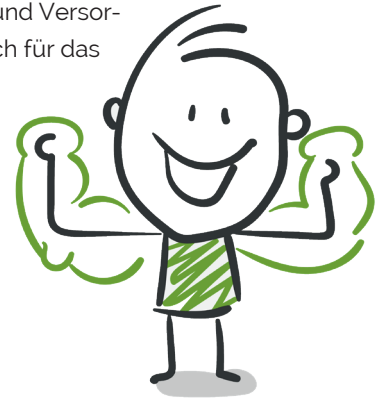
**KALIUM:** reguliert den Wasser-Elektrolyt-Haushalt, der wichtig für die Tätigkeit und Funktion des Herzmuskels ist

**KUPFER:** beugt rheumatischen Erkrankungen vor

**MAGNESIUM:** das Anti-Stress-Mineral organisiert das Zusammenspiel von Muskeln und Nerven, bei Mangel kommt es zu Schlafstörungen und Muskelkrämpfen

**MANGAN:** ist wichtig bei der Bildung und Aktivierung von Enzymen, auch beteiligt an der Insulinproduktion

**ZINK:** hat eine positive Wirkung auf die Haut und die Funktion verschiedener Hormone



Geh mit uns den natürlichen Weg!



VORBEUGEN · STÄRKEN · BEHANDELN  
SEIT ÜBER 20 JAHREN

10%  
Gutschein  
DOG10X



www.dog-fit.com



## MEDIZINISCHE BEDEUTUNG

Die Pflanze hat entzündungshemmende, antioxidative sowie antimikrobielle Eigenschaften und kann für ein breites Anwendungsspektrum eingesetzt werden. Eine der bekanntesten Wirkungen von Aloe Vera ist ihre Fähigkeit, die Haut zu beruhigen und zu heilen. Es wird angenommen, dass die Pflanze das Wachstum von Hautzellen stimuliert und dadurch bei der Heilung von Hautverletzungen wie Verbrennungen, Schnitten und Insektenstichen hilft.

Darüber hinaus wird Aloe Vera auch zur Behandlung von Verdauungsproblemen eingesetzt. Die Pflanze hat sich als wirksam bei der Linderung von Verdauungsstörungen wie Verstopfung, Durchfall und Reizdarmsyndrom erwiesen, denn Aloe Vera enthält Enzyme, die Nahrung abbauen und verdauen, und sie kann dazu beitragen, das Wachstum schädlicher Bakterien im Darm zu hemmen.

Aloe Vera wird bei der Behandlung der Zuckerkrankheit Diabetes eingesetzt. Sie enthält Verbindungen, die dazu beitragen, den Blutzuckerspiegel zu senken und die Insulinproduktion zu erhöhen. Diese Verbindungen helfen, das Risiko von Herzkrankheiten und anderen Komplikationen im Zu-

sammenhang mit Diabetes zu verringern. Zahlreiche medizinische Studien konnten die positiven Wirkungen von Aloe Vera bei Beschwerden der Haut, der Verdauung, dem Immunsystem oder Krankheiten wie Diabetes und Entzündungen belegen.

## KOSMETISCHE BEDEUTUNG

Neben ihren medizinischen Anwendungen wird Aloe Vera auch in der Kosmetikindustrie verwendet. Die Pflanze ist ein beliebter Inhaltsstoff in Hautpflegeprodukten, da sie die Haut mit Feuchtigkeit versorgt und sie beruhigt. Aloe Vera kann



Aufgrund der besonderen Bodenbeschaffenheit und der klimatischen Bedingungen bietet die Insel Lanzarote sehr gute Bedingungen für den Anbau von Aloe Vera

© T. Frey

auch das Auftreten von Akne und anderen Hautproblemen reduzieren. Forschungen über die Wirkungen von Aloe Vera halten an und vervollständigen die Wirkbandbreite immer mehr. In einem Eigenexperiment, in dem es um die heilsame Wirkung bei Melanomen auf der Haut meines Pferdes ging, konnte ich eine effektive Wirkung erzielen und die Heilung intensiv unterstützen. Mein 18-jähriger Schimmel wies von Anfang an mehrere Melanome auf der Haut am ganzen Körper auf. Bekannt ist dies als „Schimmelkrebs“, der vorzugsweise bei Pferden mit weißem Fell auftritt, da bei ihnen die Pigmentierung der Haut durch eine Mutation verändert ist. Das routinierte Auftragen reinen Aloe-Vera-Gels auf ein Melanom, das fest in der tieferen Hautschicht verwachsen und die Größe eines halben Tischtennisballs besaß, bewirkte eine vollständige Heilung. Seither setze ich es bei allen auftretenden Melanomen auf der Haut des Pferdes ein und konnte mit Routine und Geduld immer positive Ergebnisse erzielen. Es gibt viele klinische Studien, die die positiven gesundheitlichen Wirkungen von Aloe Vera bestätigen. Einige haben die spezifischen gesundheitlichen Vorteile von Aloe Vera untersucht, während sich andere auf die allgemeinen Eigenschaften und Wirkungen der Pflanze konzentrierten.

**HAUTHEILUNG:** Eine Studie aus dem Jahr 2015 bestätigte, dass die Anwendung von Aloe Vera die Heilung von Wunden (Verbrennungen, Schnittwunden) beschleunigte und Entzündungen reduzierte.

**VERDAUUNGSPROBLEME:** Eine Übersichtsstudie aus 2013 kam zu dem Schluss, dass Aloe Vera eine vielversprechende Alternative oder Ergänzung zur konventionellen medizinischen Behandlung von Verdauungsproblemen (Reizdarmsyndrom, Verstopfung, Magen-Darm-Entzündungen) sein kann.

**DIABETES:** Eine Studie aus 2016 zeigte, dass die Verwendung von Aloe Vera den Blutzuckerspiegel bei Menschen mit Typ-2-Diabetes deutlich senkte und die Insulinempfindlichkeit verbesserte.

**ENTZÜNDUNGEN:** Eine Studie aus 2014 ergab, dass die Anwendung von Aloe Vera die Entzündungen bei Osteoarthritis reduzierte und Schmerzen linderte.

**IMMUNSYSTEM:** Eine Studie aus 2016 bei Mäusen zeigte, dass Aloe Vera das Immunsystem stimulierte und die Produktion von Antikörpern erhöhte.

Diese Studien stellen nur einen kleinen Teil der in der wissenschaftlichen Literatur angegebenen positiven Wirkun-

gen von Aloe Vera dar. Weitere Forschung ist erforderlich, um das volle Potenzial der Pflanze zu verstehen und ihre therapeutischen Anwendungen zu erweitern.

## ZURÜCK ZUR HAUT

Hier gibt es einige Studien, die darauf hinweisen, dass Aloe Vera helfen kann, Hautläsionen zu reduzieren und die Heilung von Verbrennungen und Wunden zu beschleunigen. Eine Studie aus dem Jahr 2016 untersuchte die Wirkung von Aloe Vera auf präkanzeröse Hautläsionen, und kam zu dem Schluss, dass Aloe Vera helfen kann, das Fortschreiten dieser präkanzerösen Hautläsionen zu verlangsamen.

## FAZIT

Insgesamt kann Aloe Vera als eine der besten natürlichen Heilpflanzen betrachtet werden, die eine breite Palette von Vorteilen für die Gesundheit bietet. Doch nicht alle Aloe-Vera-Produkte sind gleich. Qualität und Reinheit der Pflanze können variieren, je nachdem, wo sie angebaut und wie sie verarbeitet wurde. Wenn Sie Aloe-Vera-Produkte erwerben wollen, sollten Sie darauf achten, dass sie aus hochwertigen, zertifizierten Quellen stammen und frei von Zusatzstoffen oder Chemikalien sind. Ich empfehle Aloe Vera, das in einer Vulkanregion angebaut wird, wie auf der kanarischen Insel Lanzarote. Vulkanerde ist besonders fruchtbar, weil die ausgeworfene Asche wichtige Pflanzennährstoffe enthält. Sie ist reich an Phosphor, Kalium und Kalzium. Ideale Bedingungen für Pflanzen. Zudem besitzt Lanzarote eine Bio-Farm für Aloe Vera.

Meiner Erfahrung nach eignet sich die Aloe-Vera-Pflanze als hervorragendes Mittel für Hautprobleme. Ob beim Tier oder beim Menschen, die Ergebnisse sind überwiegend positiv. Selten traten Hautirritationen auf, die beim Menschen jedoch meist auf eine zu starke Konzentration zurückzuführen waren. Produkte, die ich direkt aus Lanzarote beziehe, bieten auch pure Aloe-Vera-Gels für sensible Haut an, sodass ich diese problemlos für die Anwendung im Gesicht nutzen kann, um Hautunreinheiten zu bekämpfen.



### MELODY IRLLE

TIERHEILPRAKTIKERIN,  
AKUPUNKTEURIN

### TÄTIGKEITSSCHWERPUNKTE

Akupunktur nach TCVM, Phytotherapie,  
Homöopathie, Manuelle Therapien

### KONTAKT

melodyirle@googlemail.com