

Tipps und Tricks

HAUSMITTEL

Triopack gegen Pollenallergien

Jetzt kommt die Zeit, während der viele Pollenallergiker zu leiden haben und deshalb die Wunderwelt des Frühlings vor lauter Bedrängnis nicht wahrnehmen können. Dabei ist doch der Frühling – die Zeit in der alles zu neuem Leben erwacht – ein so grosses, wunderbares Schauspiel. Der Pollen, der für unsere Bienen lebensnotwendig ist und eifrig gesammelt wird, wird manchem Menschen aber zu einer qualvollen Last.

Honigwaben

Als Erstes empfiehlt es sich, schon im Januar damit anzufangen, dreimal täglich Honigwaben zu essen und das Wachs dabei lange zu zerkauen. Ich reserviere mir dazu bei der Honigernte volle Honigwaben, die ich in Bruchstücke zerlege und in Honiggläser abfülle. Für den Verzehr entnehme ich die Stücke löffelweise. Das Essen der Honigwaben dient der Immunisierung.

Nasenöl

Als Zweites verhindert man die Aufnahme des Blütenpollens, in dem man nach jedem Naseputzen die Nasenlöcher bis weit hinauf mit Öl einfettet. Vorweg kann man noch mit einem Salzspray die Nase bis in die Nebenhöhlen ausspülen. Ich bevorzuge das Rosenöl von Weleda. Es wirken aber auch alle anderen Öle – nur muss man diese auch riechen mögen. Man beginnt mit dem Einölen schon nach dem Erwachen und sollte es auch unterwegs, bei der Arbeit oder auf Reisen tun. Es empfiehlt sich daher, stets ein kleines Fläschchen mit Öl bei sich zu tragen, dazu in einer Streichholzschachtel halbierte Ohrenputzer. Vor dem Schlafen geht die letzte Öl-Anwendung. Diese kann auch bei Hausstaubmilbenallergie angewendet werden. Bei gewissenhafter Ausführung ist damit schon viel gewonnen.

Brennnesseln

Die dritte Anwendung ist die wichtigste. Man suche sich einen gut zugänglichen Ort mit Brennnesseln, denn diesen muss man nun vermehrt für eine Behandlung aufsuchen. Die folgende Regel ist strikte einzuhalten, denn diese ist zur Therapie genau erforscht worden. Man reibe beide Handkanten an der Brennnessel gegeneinander (siehe Foto oben) und lässt sich während sieben Tagen in Folge täglich einmal kräftig brennen. Erst eine Woche danach erfolgt wieder eine einmalige Anwendung. Diese wird dann genau im Wochenabstand weitere drei Mal wiederholt. Insgesamt ergibt dies also elf Brennnesselkontakte. Im nächsten Frühjahr genügt eine einmalige Brennnesselanwendung für den Körper als Erinnerung. Es ist



FOTOS: FRIEDRIKE RICKENBACH

So werden die Handkanten an den Brennnesselblättern gerieben.

aber auch nicht falsch, alle diese Schritte nochmals zu wiederholen, vor allem wenn erneut Symptome auftreten.

Hierzu noch eine Erklärung: Die Handkanten vom kleinen Finger bis zum Handgelenk gelten in der Reflexzonenmassage als Lymphzonen. Über diese wird mit dem Wirkstoff der Brennnessel Histamin freigesetzt. Jeder, der diese Anwendung ausprobieren konnte mir bestätigen, dass die jeweilige Linderung nach einer Anwendung gerade bis zur nächsten Anwendung anhält und dann einen immer längeren Abstand zulässt.


Überraschende Wirkung

Nun schildere ich noch einen eindrucksvollen Erlebnisbericht. Eine Nachbarin litt jeden Frühling fürchterlich an Heuschnupfen. Ich empfahl ihr das Brennnesselrezept wärmstens. «Ach, papperlapapp», sagte sie. Diese magischen sieben Tage der Anwendung und der ganze Hokusokus, das mache sie misstrauisch und überhaupt, wenn das so einfach wäre, bräuchte man ja nicht so viele Medikamente gegen Heuschnupfen. Zu meinem Erstaunen stand nun diese Nachbarin plötzlich mit einem Blumentopf vor meiner Türe und sagte, ich hätte ihr das Leben gerettet. Als ihr alljährlicher Heu-

schnupfen bereits abgeklungen war, unternahm sie mit einer Freundin eine Autofahrt in die Berge. Zu ihrem Leidwesen waren dort die Wiesen alle noch in Hochblüte. Beim Spaziergehen bekam sie Atemprobleme und musste sich verzweifelt auf eine Bank setzen. Zu allem Übel hatte sie auch keine Medikamente dabei. An eine Heimreise war auch nicht zu denken. Da fiel ihr mein Brennnesselrezept ein, und wie es der Zufall wollte, wuchsen neben der Bank auch tatsächlich welche. Nun rieb sie beflügelt von der Hoffnung die Handränder an den Brennnesseln. Die Linderung trat schnell ein. Nach einer halben Stunde stand sie wieder fit auf den Beinen und konnte den Tag geniessen und die Heimfahrt meistern. Zuhause führte sie die Kur weiter. Sie musste erkennen, dass die Natur eben doch ungeahnte Kräfte in sich birgt.

Es empfiehlt sich, gleichzeitig mit einer dreiwöchigen Nierenteekur die Heilungschancen zu unterstützen. Man sagt, diese Brennnesselkur könnte sich auch auf andere Allergien positiv auswirken.

Liebe Imker und Imkerinnen lassen sie also immer ein paar Brennnesseln bei den Bienen stehen, man weiss ja nie!

Friederike Rickenbach,
Zürich 



Haselpollen: Des einen Freud, des andern Leid!