

# Mit einem Heilmoor-Cocktail gegen Verdauungsprobleme

**Wie man Sodbrennen, Gastritis und andere Magenbeschwerden, aber auch Müdigkeit sowie brüchige Haare und Nägel sowie spröde Haut wegtrinken kann.**

**Prof. Hademar Bankhofer**

Der Trend zur Naturmedizin ist in der Bevölkerung nach wie vor deutlich im Zunehmen. Und damit werden uralte Heilmethoden wieder sehr beliebt, vor allem dann, wenn die moderne Medizin ihre oft erstaunliche Wirkung bestätigen kann. So ist es mit dem Heilmoor. Man kann darin baden. Man kann es auflegen, und man kann es trinken. Auf diese Weise lassen sich viele alltägliche Beschwerden, chronische und akute Leiden wirkungsvoll behandeln. Österreich ist in einer glücklichen Lage: Es verfügt über ein besonders wertvolles Moor im oberösterreichischen Neydharting.

Seit mindestens 30.000 Jahren versinken im Heilmoor Neydharting Blüten, Blumen, Heilkräuter, Gräser und andere Pflanzen. Über 400 verschiedene Arten bilden die Basis für diesen organischen „Moor-Cocktail“.

In alten Zeiten sind die Menschen auf die Heilkraft des Moores aufmerksam geworden, weil sie Tiere beobachtet haben, die im Moorwasser gebadet, dieses auch getrunken und Moor gefressen haben, wenn sie verwundet waren oder Verdauungsprobleme hatten.

Der erste, der das Moor zu therapeutischen Zwecken den Menschen empfohlen hat, war der Arzt und Naturheiler Paracelsus vor fast 500 Jahren. Da das Heilmoor von Neydharting aber schon vor ihm in alten Schriften erwähnt wird, gilt es als das älteste Heilmoor der Welt.

Der große Moor-Forscher Prof. Otto Stöber hat bereits in den Vierzigerjahren die Wirkung des Heilmoores auf den Menschen nachgewiesen und wurde dabei von



Prof. Bankhofer zeigt das wertvolle Moor von Neydharting, so wie es in der Natur ausgestochen wird. Eine schwarze Masse, randvoll mit wertvollen Wirkstoffen, die unserer Gesundheit gut tun.

dem Moor-Wissenschaftler Dr. Benade aus Karlsbad bestärkt. 1997 konnte Dr. Strauch bei seinen Untersuchungen nachweisen, dass das Moor in Neydharting Entzündungen im Körper hemmen kann. Er hat aber auch entdeckt, dass sich bei äußerer Anwendung mikroskopisch kleine Moor-Teilchen auf und in der Hornschicht der Haut ablagern und hier Einfluss auf den Organismus nehmen und ständig über die Haut Substanzen in den Körper abgeben. Das erklärt auch, dass man an Tagen, wo man das Moor nicht anwendet, eine Besserung von Beschwerden spürt.

Was für Wirkstoffe gelangen denn da nun aus dem Heilmoor in den Körper? Es handelt sich um eine Wirkstoffkombination aus hochwirksamen Natursubstanzen, die man im Volksmund oft auch als „schwarzes Gold“ bezeichnet hat. Die Wissenschaft spricht von Peloiden. Man findet im Heilmoor die in Jahrtausenden biochemisch verarbeiteten Extrakte aus Pflanzen: Das sind Mineralstoffe und Spurenelemente wie Calcium, Magnesium, Eisen, Phosphate, Schwefel, aber auch pflanzliche Hormonstoffe. Dazu kommen entzündungshemmende Stoffe und antibiotisch wirkende Huminsäuren.

O. Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Markt hat in einem aktuellen balneologischen Gutachten nachgewiesen, dass man mit dem Neydhartinger Moor bei Erkrankungen des Bewegungsapparates, bei Frauenleiden, Hautreizungen und Störungen im Verdauungstrakt beachtliche Behandlungserfolge erzielen kann.

Kein Wunder, dass Neydharting seit 700 Jahren als Heilbad bekannt ist. Und so wendet man das Neydhartinger Moor in der Praxis zuhause an:

■ Man nimmt ein Schwebstoff-Moorbad in der Wanne, das auch als Heilmoor Vital Bad bezeichnet wird. Man badet bei einer angenehmen Wassertemperatur von 37 Grad Celsius und sollte danach im Bett ruhen. So ein Bad eignet sich bei Rheuma und anderen Erkrankungen des Bewegungsapparates, bei Frauenleiden, gegen Hautprobleme, aber auch gegen seelische Belastungen und Stress.



**Prof. Hademar Bankhofer befasst sich als Medizin-Journalist seit rund 30 Jahren mit dem Einsatz von Heilmoor für die Gesundheit des Menschen. Hier zeigt er die romantische Moor-Landschaft von Neydharting.**

- Dann gibt es die Möglichkeit einer Heilmoor Vital Packung: Man legt das Heilmoor in Einweg-Vlies-taschen auf die entsprechenden Körperteile auf. Dadurch gelangen Substanzen in die Haut, welche die Durchblutung und die Selbstheilkräfte fördern, welche Entzündungen hemmen und Schmerzen lindern.
- Für viele neu und nicht bekannt ist zweifelsohne die Heilmoor-Trinkkur, enorm wirksam und so praktisch anzuwenden. Man verrührt als Tagesdosis 3 Teelöffel Moorextrakt in ein Glas Wasser und trinkt langsam in kleinen Schlucken. Diese innere Anwendung eignet sich gegen Sodbrennen, gegen Müdigkeit und oft damit verbunden gegen Eisenmangelzustände, weiters gegen eine chronische Entzündung der Magenschleimhaut, gegen Übersäuerung des Magens, Magengeschwüre und andere Beschwerden des Verdauungstraktes. Die Heilmoor-Trinkkur ist aber auch ein gutes Sofort-Mittel gegen Stressbelastung. Man kann aber auch Probleme mit Haaren, Haut und Nägeln damit erfolgreich behandeln.

Trinkkur, Packung und Bad aus dem Neydhartinger Moor gibt es in der Apotheke.