

Aloe vera,

ein Geschenk der Natur

Die Echte Aloe (Aloe vera), auch Wüstenlilie genannt, ist eine Pflanzenart aus der Gattung der Aloeen. Sie gehört zu den Aloe-Arten, die zur medizinischen (innere wie äußere) Anwendung genutzt werden können.

Die ursprüngliche Heimat von Aloe vera liegt möglicherweise auf der arabischen Halbinsel. Kultiviert wird sie in allen subtropischen und tropischen Regionen der Welt.

Wer sich eingehender mit der Geschichte der Aloe vera befasst, kommt nicht umhin festzustellen, dass diese Pflanze hinter ihrem bescheidenen Äußeren Heilkräfte von ungewöhnlicher Vielfalt und Wirksamkeit verbirgt. Die Aloe wird nicht nur äußerlich angewandt, auch innerlich übt sie eine heilende Wirkung auf den menschlichen Organismus aus. Das aus den Blättern gewonnene Mark ist reich an lebensspendenden Stoffen wie Vitaminen Mineralsalzen, Aminosäuren, Enzymen und verdauungsfördernden Fermenten. Demnach hat die Aloe neben ihrer Funktion als Heilpflanze auch die Bedeutung eines vollwertigen Nahrungsmittels.

Äußerlich angewandt hilft das aus dem Mark der Blätter stammende Gel bei vielen kleinen Leiden des täglichen Lebens wie Insektenstichen, Brand- und Schnittwunden, Hautausschlägen. Ein der Länge nach aufgeschnittenes Blattstück direkt auf die Haut aufgetragen ist eine Wohltat für unsere Haut. Als Saft innerlich genommen wirken sie stärkend und belebend und ergänzen die tägliche Ernährung. In manchen Fällen wird Aloe vera auch als Heilmittel bei Hepatitis, Asthma und Hautkrankheiten wie Akne und Schuppenflechte angewandt.



Aloe-Öl kann man selber herstellen indem man die zerschnittenen Blätter in ein Glasgefäß gibt; anschließend mit Speiseöl (geeignet ist jede Sorte) bedecken und 60 Tage ziehen lassen. Dann das Öl abgießen und in einem dunklen Glasgefäß aufbewahren; das Öl ist fast unbegrenzt haltbar.