

Naturheilkundliche Perspektiven: Weihrauch – „Der Stoff, der göttlich macht.“



Heilpraktiker Jan Laucken

Empfehle ich meinen Patienten/innen, bestimmte Beschwerden mit Weihrauch zu behandeln, so sagen manche: „Oh ja, davon habe ich auch schon gelesen.“ Andere sagen: „Ach, ich dachte, so etwas gibt's nur in der Kirche.“ Vielen von uns ist Weihrauch von klein auf bekannt. Wir erinnern uns. Es waren die Heiligen Drei Könige, die als eine ihrer kostbaren Gaben dem Christuskind in der Krippe Weihrauch mitgebracht hatten.

In jüngster Zeit konnte man wieder einiges über den Weihrauch lesen, er hat aber schon lange Eingang in die medizinische Forschung gefunden. Auch an der Universität Tübingen gibt es eine Forschergruppe, die den Wirkspuren des Weihrauchs nachgeht. Es lässt sich nicht leugnen, das kostbare Harz feiert in der Naturheilkunde einen echten „Siegzug“.

Weihrauch in der Geschichte

Die Geschichte des Weihrauchs reicht weit zurück. Bereits im Altertum war er ein wichtiger Teil zereemonieller Götterverehrung. Für die alten Ägypter war das Harz nicht nur Mittel der Verehrung, sondern es war selbst Gegenstand einer solchen. Das ägyptische Wort für (arabischen) Weihrauch bedeutet in der Übersetzung: „Gottesduft“ oder „Der Stoff, der göttlich macht.“

Auch in der christlichen Tradition ist der Weihrauch etwas ganz Besonderes. Als Adam aus dem Paradies vertrieben wurde, durfte er als

Gnadengabe einen Weihrauchbaum mitnehmen. Und schließlich sei noch die indische Ayurveda-Lehre erwähnt. In ihr spielt der (indische) Weihrauch eine bedeutsame Rolle.

Herkunft des Weihrauchs

Die Weihrauchharze werden nur von ganz bestimmten baumähnlichen Pflanzenarten produziert, den Boswellia-Arten. Sie gehören zur Familie der Balsambaumgewächse und kommen fast ausschließlich in Saudi-Arabien, Indien, Afrika und Madagaskar vor. Es gibt verschiedene Gattungen dieser Pflanze und demnach unterschiedliche Harzsorten. Der indische Weihrauch (lat. *Boswellia serrata*) ist einer der bekanntesten.

Der Weihrauch musste oft weite Wege gehen. Es gibt Belege für Importzahlen, die aus dem dritten Jahrtausend v. Chr. stammen. Die sog. Weihrauchstraße (10. Jahrhundert v. Chr.) war eine der wichtigsten Routen für den Transport arabischen Weihrauchs. Sie führte von Südarabien bis ans Mittelmeer. Auf den Rücken von Altweltkamelen schaukelte die wertvolle Last gen Norden (Bild). Diese Tiere (genauer: Dromedare, denn sie haben nur einen Höcker) wurden im dritten Jahrtausend v. Chr. domestiziert. Sie lösten den Esel als Lasttier ab. Das war ein Fortschritt, denn so wurde die Abhängigkeit von Wasserreservoirs in der Wüste verringert. Auf der Weihrauchstraße wurden natürlich auch andere Kostbarkeiten befördert, etwa Gewürze oder Edelsteine.

Wirkweisen des Weihrauchs

Weihrauch enthält in unterschiedlichen Anteilen Wasser, ätherische Öle, Harze und Gummi. Die ätherischen Öle bilden den therapeutisch bedeutsamsten Bestandteilkomplex. Die moderne Wissenschaft geht davon aus, dass die entscheidenden Wirkstoffe die vier unterschiedlichen Boswellia-Säuren sind. Diese Säuren haben die Eigenschaft, Entzündungen im Körper zu hemmen, indem sie in die Entzündungskaskade eingreifen.

Entzündungen und deren charakteristische Zeichen (wie Rötung,

Schwellung, Schmerz oder das Aussetzen einer Organfunktion) werden im Körper von verschiedenen Stoffen ausgelöst, zu diesen zählen u. a. Prostaglandine und Leukotriene.

Eine der vier Boswellia-Säuren (die 3-Acetyl-11-Keto- β -Boswellia-Säure) zeigt die ausgeprägteste Fähigkeit die Bildung der Leukotriene zu vermindern und somit den Entzündungsvorgang im Körper zu unterbrechen (dies wurde an der Tübinger Universität entdeckt). Schätzungsweise gibt es noch über sechzig andere (synergetisch wirkende) Stoffe, die die Heilwirkung des Weihrauchs ermöglichen. In dem Zusammenspiel dieser Wirkstoffe liegt der therapeutische Schatz des Weihrauchs versteckt.

Welche Erkrankungen lassen sich mit Weihrauch behandeln?

In der traditionellen Heilkunde werden Weihrauchharze und deren Auszüge schon seit Jahrhunderten zur Wundbehandlung, bei Nervenleiden, Diabetes, Magenenerkrankungen, Fieber oder Lungenleiden eingesetzt. Bekannt ist auch die Verwendung von Weihrauch in der Aromatherapie.

Die entzündungshemmende Wirkung des Weihrauchs regte an, die

se Wirkung in der Behandlung von chronisch entzündlich verlaufenden Darmkrankheiten, wie Colitis ulcerosa oder Morbus Crohn, zu untersuchen.

Menschen mit asthmatischen Beschwerden, entzündlichen Hautkrankheiten (wie Neurodermitis) und rheumatischen Erkrankungen können aus der Entzündungshemmung des Weihrauchs Nutzen ziehen. Einige Untersuchungen deuten auf die therapeutische Wirksamkeit von Weihrauch bei bestimmten Hirntumoren und Multiple Sklerose hin oder sie schreiben dem Weihrauch eine angstlösende, antidepressive Wirkung zu.

Wie bei vielen naturheilkundlichen Behandlungsverfahren setzt man auch hier nicht auf eine eindeutig bestimmte Wirksamkeit, vielmehr gilt es die Einmaligkeit jedes Menschen zu beachten, was eine behutsame, eng erfolgsrückgekoppelte Behandlung nahe legt. Das Behandlungsspektrum, das der Weihrauch eröffnet, ist beträchtlich.

Verfasser:

Jan Laucken

Neckarhalde 5

72070 Tübingen

Telefon: 0 70 71 / 9 20 43 11

www.naturheilpraxis-laucken.de



Die Weihrauchstraße führt von Südarabien bis ans Mittelmeer