

Bambus - die Trendpflanze aus Fernost

Bambus in der Medizin

Keine andere Pflanze enthält so grosse Mengen Kieselsäure wie Bambus. In den Hohlräumen der Halme sammeln sich dicke, opalartige Knollen von Kieselsäure an. Man nennt sie «Tabaschir» oder auch Bambuszucker. In der asiatischen Volksheilkunde wurde und wird Tabaschir als Heilmittel zur Remineralisation des Organismus, bei Arthrose und Rheuma, bei Asthma und gegen Vergiftungen verwendet.

Die auch in Blättern und Sprossen enthaltene Kieselsäure ist für den Aufbau von Haaren, Haut und Knochen notwendig und fördert die Spannkraft des Bindegewebes. In der traditionellen Medizin Asiens wird Bambus wegen seines Kieselsäuregehalts ausserdem bei Antriebsschwäche, Nervosität, Depressionen und Epilepsie eingesetzt.

In der Homöopathie gilt Bambusa als Mittel zur Unterstützung des Magens und der Verdauung, zur Stärkung der Wirbelsäule sowie als «Frauenmittel» (bei Gebärmutterleiden oder zur Regulierung der Monatsblutung).

Bambustee weckt die Lebensgeister.

Im asiatischen Raum sind die gesundheitlichen Vorzüge des Bambusteess seit Jahrhunderten bekannt. Jetzt stösst er, mit zunehmender Erforschung der Inhaltsstoffe, auch bei uns auf grosses Interesse. Vor über 10 Jahren begann ein Team von Wissenschaftlern der Chonnam National University in Südkorea die bioaktiven Stoffe der Bambusblätter zu analysieren und deren gesundheitliche Wirkungen zu spezifizieren. Die Hauptinhaltsstoffe sind Polyphenole, Flavonoide, Aminosäuren und die Vitamine C und E. Diese Stoffe wirken antimikrobiell und antioxidativ. Der regelmässige Genuss des jetzt auch bei uns erhältlichen Wohlflühtees soll bei der Reduzierung des Körperfetts helfen und sich wohltuend bei Verdauungsproblemen, niedrigem Blutdruck, hohen Cholesterinwerten, Arteriosklerose sowie bei Stress und Erschöpfung auswirken.

Für den Blättertee werden nur ganz junge Blätter verwendet, deren Erntezeit sich auf fünf Wochen im Jahr beschränkt. Die frischen, von Hand geernteten Bambusblätter müssen noch am gleichen Tag in einem aufwändigen Verfahren weiterverarbeitet werden. Der koffeinfreie Tee hat eine Farbe von zartem Grüngold und schmeckt mit seinem angenehmen Duft und Aroma sowohl warm als auch kalt. Bambustee ist auch sparsam: Man kann ohne Qualitätsverlust einen zweiten Aufguss machen.

Den vollständigen Artikel „Bambus - die Trendpflanze aus Fernost“ aus den A. Vogel Gesundheits-Nachrichten finden Sie unter www.bambusfidibus.ch/bambuspffikus.