

Ab ins Heubad...

Wissenswertes über Heuanwendungen

Schon die Kelten sprachen dem Heu eine magische und heilende Wirkung zu: Kranke wurden mit qualmenden Heu beräuchert, und Gebärenden wurde frisches Heu als Bettstroh ins Wochenbett gelegt.

Auch die Bergbauern kannten die wohltuende Wirkung von Heu: Trotz des beschwerlichen Transports des Heus auf Rückentragen (Heu-Buckl-Kraxn) hatten sie durch den direkten Kontakt mit dem Heu kaum unter Rückenschmerzen zu leiden. Traten doch einmal Beschwerden auf, half man sich mit einer Handvoll Heu, die man zwischen Kachelofen und Rücken auf die betroffene Stelle legte und der wohligen Heuwärme ihre Wirkung tun ließ.

Dieses wertvolle Wissen wurde im 19. Jahrhundert vor allem durch Sebastian Kneipp und Kräuterpfarrer Johann Künzle in Form von verschiedenen Kräuterbädern wiederbelebt.



Das Heu-Geheimnis

Das Geheimnis aller Heubehandlungen liegt in den Inhaltsstoffen von Kräutern und Gräsern und deren Zusammensetzung im Heu. Die Bergwiesen rund um Priggwitz bieten ein besonders reichhaltiges Spektrum an Heil- und Wildkräutern. Sie enthalten wohlriechende Cumaringlykoside („Kumarin“), ätherische Öle, Harze, Spurenelemente und Gerbstoffe, aber auch Kohlen- und Milchsäure, Provitamin A (Carotin) und Vitamin D.

Ein wichtiger Bestandteil für Heuanwendungen sind die Heublumen: ein Gemisch aus getrockneten Blüten, Blütenstaub, Samen und kleinen Blättchen, die sich nach der Heulagerung am Boden absetzen. Sie werden vorwiegend für Wickel, Auflagen, Bäder oder Dampfbäder verwendet aber auch als Heublumentee getrunken.



u.a. im Heu: Arnika, Bergkamille, Breitwegerich, Ehrenpreis, Gänseblümchen, Gundelrebe, Herbstzeitlose, Johanniskraut, Löwenzahn, Tausendguldenkraut, Schafgarbe, Spitzwegerich, Wegwarte, Wiesensalbei, Klee- & Orchideenarten.

Wirkungsweise

Die Inhaltsstoffe dringen über die Haut in den Körper ein, beeinflussen die inneren Organe über die Reflexzonen an der Körperoberfläche und fördern die Durchblutung. Umgekehrt werden dem Körper Giftstoffe entzogen und über die Haut ausgeschieden. Heubehandlungen wirken anregend auf das Bindegewebe und das vegetative Nervensystem und sorgen auf Kreislauf schonende Weise für ganzheitliche Entspannung.

Anwendungsgebiete

- Stärkung des Immunsystems
- Muskelverspannungen
- Gelenkentzündungen
- Bandscheibenleiden
- Rheuma
- Hexenschuss
- Gicht
- Ischias
- Arthrose
- Neuralgien
- Verkühlungen
- Entzündung der Atemwege
- Entschlackung
- Verdauungsanregung
- Stress

Für unsere Heuanwendungen verwenden wir ausschließlich Bergheu aus Priggwitz. Durch Befeuchten des Heus beginnen die Spaltpilze auf Blättern, Stengeln und Blüten zu gären. Die dabei entstehende Wärme von 40-60°C ist für die Wirkung des Heubads von wesentlicher Bedeutung, da starkes Schwitzen die Ausscheidung von Giftstoffen unterstützt.



Aufgrund der großen Wärmeentwicklung sollten Heubehandlungen bei Beschwerden, bei denen Wärme die Symptome verschlimmert, aber auch bei offenen Verletzungen vermieden werden!



Gesundheit & Wohlbefinden Spezialbehandlungen mit Gebirgsheu und ohne Gebirgsheu

Bad im Heuhimmelbett

(Preis pro Behandlung: Euro 30,00)

Im Unterschied zum klassischen Heubad kann das Bad im Heuhimmelbett auch als einmalige Therapieeinheit und ohne ärztliche Behandlung genutzt werden. Dabei verbringt der Gast ca. 30 Minuten gut mit Bergheu zugedeckt im bequemen Heuhimmelbett. Das Heuhimmelbett befindet sich in einem separaten Raum und ist dadurch ganz besonders zum Relaxen geeignet. Der Kreislauf wird weniger strapaziert wie z.B. in einem Moorbad.



Heu-Buckl-Kraxn-Bad

(Preis pro Behandlung: Euro 33,00)

Die ideale Behandlung bei Muskelverspannungen im Rückenbereich: In unserer Heu-Buckl-Kraxn Stube lehnt man sich ganz gemütlich in einer der gut mit Kissen und frischem, duftendem Bergheu ausgepolsterten Heu-Buckl-Kraxn-Kojen zurück und lässt – am besten bei einer Tasse Kräutertee! – einfach die Seele baumeln. Um die Wirkung zu verstärken, empfehlen wir ergänzende Gymnastikeinheiten für die Wirbelsäule oder eine unserer Spezial-Massagen!



Gebirgs-Heublumenauflage

(Preis pro Behandlung: Euro 18,00)

Mit der Heublumenauflage werden nur einzelne Körperstellen behandelt. Dazu gibt man Heublumen in einen Sack, legt diesen in kaltes Wasser, das erhitzt und kurz aufgekocht wird. Danach zieht der Heublumensack für etwa fünf Minuten im heißen Wasser. Anschließend kühlt man ihn auf etwa 40°C ab und legt ihn auf das betroffene Körperteil (Nacken, Rücken, Knie, ...). Damit die Wärme nicht entweichen kann, werden trockene Tücher oder Wolldecken aufgelegt. Die Anwendungsdauer beträgt zwischen 20 und 50 Minuten.



Moorauflage - Preis pro Behandlung: Euro 15,00

Das Bierbad - Bier mal anders

(Preis pro Einheit: alleine – Euro 42,00 / für zwei – Euro 58,00)

Genießen Sie Bier einmal ganz anders: Bierhefe, Hopfen, Gerste und Malz beinhalten viele wertvolle Inhaltsstoffe, die das Bierbad zu einem wahren Jungbrunnen werden lassen: Bierhefe wirkt hervorragend gegen Hautunreinheiten und verleiht Haut und Haar neue Frische. Malz enthält wertvolle Antioxidantien, und Hopfen ist mit seiner beruhigenden Wirkung DIE ideale Zutat für ein regenerierendes Entspannungsbad! Ein Bierbad regt zudem den Stoffwechsel an und wirkt entschlackend auf den Organismus!

TIPP: Da die Haut nach dem entspannenden Bierbad sanft gereinigt und die Poren bereits geöffnet sind, erzielt man bei einem anschließenden Bad im Heuhimmelbett eine noch intensivere Wirkung!

