

## Honig - ein altbewährtes Hausmittel

EINEWELT Plochingen



### Honig - ein altbewährtes Hausmittel



Foto: Sonja B.

Die Älteren unter uns kennen noch so manches **Hausrezept**, das oft von einer Generation zur anderen weitergegeben wurde. Darin spielen Zutaten eine große Rolle, die man entweder im Hause hatte oder sich aus der Natur holen konnte, entweder aus dem eigenen Garten oder aus der näheren Umgebung. Und in der Volksheilkunde gehörte Honig auf alle Fälle dazu.

Mit seinen **gesunden Inhaltsstoffen** wurde Honig schon in frühen Jahrhunderten bei der **Behandlung unterschiedlicher Beschwerden** eingesetzt, seien es die **Umschläge mit Honig bei kleineren Verletzungen** oder Prellungen, die **wärmenden Bienenwachswickel bei Erkältungen** bis hin zur Bronchitis oder die **warme Milch mit Honig als bewährte Einschlafhilfe**. Und wenn der Hals kratzte, kam ein großer Löffel Honig zum Einsatz.

Inzwischen wissen wir auch, dass **Honig in manchen Fällen besser hilft als Antibiotika**. Von seiner hautpflegenden Wirkung soll der Überlieferung nach schon die altägyptische Königin Kleopatra überzeugt gewesen sein, die regelmäßig in Milch und Honig badete. Dieses alte Wissen um die heilende Wirkung des Honigs geht immer mehr verloren und scheint heutzutage nur noch etwas zu sein für Naturheilkundler und Kräuterhexen. Mit dem **Angebot im Weltladen an naturreinen Honigsorten** können Sie sich die heilende Wirkung direkt nach Hause holen. (MK)