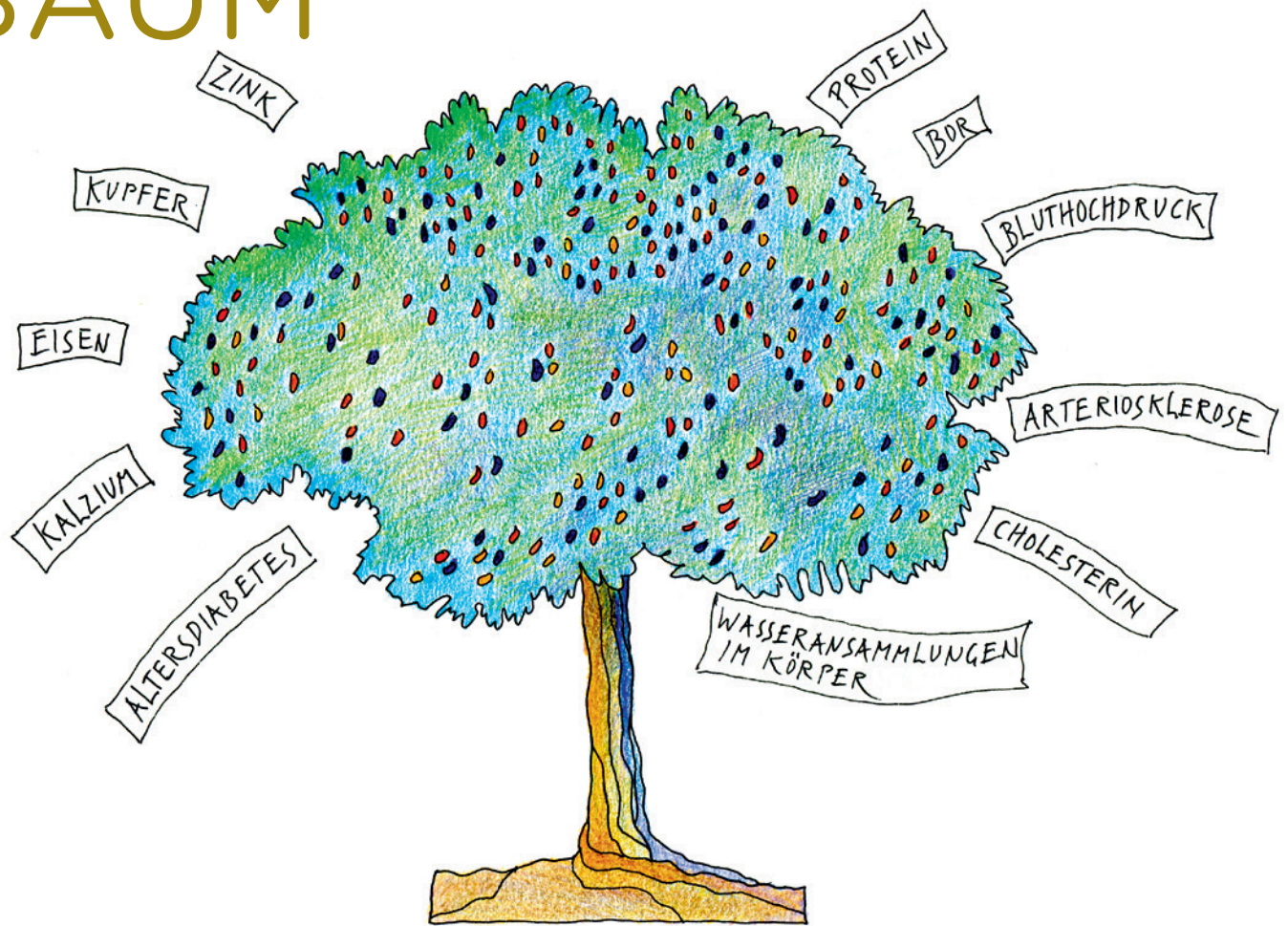


DER MAULBEER- BAUM



ROLAND VONTOBEL ist diplomierter Drogist und kantonal approbierter Naturarzt. In Teufen führt er seit 1998 die Praxis Tannenhof.

ROLAND VONTOBEL Text // WERNER MEIER Illustration

Hierzulande ist der Maulbeerbaum weniger bekannt, da er vor allem die gemässigten und subtropischen Klimazonen bevorzugt. Wie die Feigen gehört er der Pflanzenfamilie der Maulbeergewächse an. Seine Blätter sind die Hauptnahrung der Seidenspinnerraupen und werden in grossen Mengen für die Seidenherstellung benötigt. Bevor die Seide von Kunstfasern verdrängt wurde, waren Maulbeerbäume daher auch in Europa verbreitet, vor allem im Mittelmeerraum und in Italien, wo man sie noch heute in Alleen oder Gärten antrifft.

Die weissen, roten und schwarzen Maulbeerbäume liefern brombeerförmige Beeren, die wie süsse Weinbeeren schmecken und gesundheitlich wertvoll sind. Da sie wie Feigen schnell verderben, findet man im Handel nur getrocknete Beeren oder deren blau-roten Saft. Auch das Holz des weissen Maulbeerbaums, der bis zu fünfzehn Meter hoch werden kann, wird wegen seiner Härte und Bearbeitungsfähigkeit geschätzt und für Holzinstrumente und Gegenstände verwendet.

Neuste wissenschaftliche Forschungen über die Heilwirkung und Inhaltsstoffe der Maulbeerblätter haben aber erstaunliches zutage gebracht. Sie enthalten bis 25 Prozent Protein und dazu auch sehr viel Kalzium, Eisen und Spurenelemente wie Zink, Kupfer, Bor ... Zusätzlich wurde ein seltener Pflanzenwirkstoff entdeckt, der nachweislich den Zuckerspiegel von Altersdiabetes oder Typ 2 Diabetes senkt. Dieser Wirkstoff verlangsamt die Zuckeraufspaltung wie ein chemisches Medikament, gleichzeitig stärkt und regeneriert er aber auch die insulinbildenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse.

Weitere gute Erfolge wurden gegen Arteriosklerose, zur Unterstützung bei Bluthochdruck und gegen Wasseransammlungen im Körper erzielt. Zusätzlich werden auch die Cholesterinwerte verbessert, indem das gute Cholesterin (HDL) erhöht und das schlechte (LDL) gesenkt werden.

Maulbeerblätter gibt es als Kapseln, die täglich eingenommen werden können.