



# Alpwirtschaft und Gesundheit

## Die Nutzung der Alpen als Gesundheitsregionen

von DI Anette Gerhold

Alpwirtschaft und Alpregionen sollen wieder den Stellenwert bekommen, den sie als Gesundheitsregion haben. Unter diesem Aspekt wollte Referent Dr. Ewald Töth einen Impuls zur besseren Nutzung der Ressourcen auf den Alpen geben. Der voll besetzte Turnsaal des bäuerlichen Schul- und Bildungszentrums in Hohenems beim Vorarlberger Alpbauerntag deutete auf das große Interesse der Älpler hin. Dr. Ewald Töth ist Arzt und Älpler, er führt in der Steiermark eine kleine Landwirtschaft mit Schafen und betreibt ein Projekt, in dem Natur und Gesundheit verbunden werden.



Foto: J. J. J. Gerhold

„Alpwirtschaft und Gesundheit“ lautete der Titel des Referats von Dr. Ewald Töth. Er ist Arzt für ganzheitliche Medizin und will den Menschen nicht nur als biochemisches Wesen sehen, das bei Problemen beliebig mit Tabletten zu kurieren ist, sondern berücksichtigt ebenso den emotionalen Anteil. Denn Emotionen verändern die Biochemie; wer sauer reagiert, weist einen sauren pH-Wert auf. Daher gehören Geist und Seele zur ganzheitlichen Behandlung.

### Alpregion als enormes Gesundheitspotential

„Die Alpregion ist ein enormes Gesundheitspotential für Menschen, Tiere und Pflanzen“, weist Töth auf die Alpgelände, in denen Gesundheit entsteht, gelebt, erfahren und wieder erlangt werden kann. Als Gesundheitsregion werde sie noch viel zu wenig genutzt. Viele Menschen in den Städten brauchten dieses Potenzial.

„Sie können es den Menschen als Heilmittel weitergeben“, appellierte er an die Älpler.

### Besonderheiten der Alp

Was ist das Besondere an der Alp? Sie besitzt ein spezielles, intensives Reizklima mit besonderer Heilwirkung. Die Luft ist hoch ionisiert, die Sonneneinstrahlung weist eine enorm hohe Qualität an Energie und Heilwirkungen auf. Der Mediziner sieht die Alp als intaktes Biotop, das nur erhalten zu werden braucht, ausgestattet mit enormem Pflanzenreservoir, vor allem Heilpflanzen. Mensch und Tier bietet sie einen gesunden Lebensraum. Alle diese Eigenschaften könnten besser genutzt werden.

Wie wertvoll die Elementarkräfte in den Alpregionen - aus medizinisch-wissenschaftlicher Sicht - tatsächlich sind, schien sogar die Älpler selbst zu beeindrucken. Die heilbringende Energie der Luft ist auf der Alp besonders ausgeprägt. Die Bergluft enthält rund

20.000 Ionen pro  $\text{cm}^3$ , Industrie- oder Bürobereichen dagegen nur 20; beste Voraussetzungen also für eine Atemtherapie. Auch die hochfrequente Sonnenenergie kann gezielt eingesetzt werden. Fehlt dem Menschen die Energie des Sonnenlichts, treten eine Reihe von Funktionsstörungen und Krankheiten auf. Beispielsweise kann durch Sonnenenergie ein erhöhter Cholesterinspiegel auf natürliche Art und Weise reduziert werden. Besonders viel Sonnenenergie ist aufgrund der Höhenlage in den Pflanzen gespeichert, der Mensch kann sie z.B. durch den Verzehr von Kräutern >

*Alpen -wie die Alpe Rona in Bürserberg - können sich als Gesundheitsregionen etablieren*



*Ewald Töth zeigt den Gesundheitswert der Alpgelände auf, der sich durchaus auch gut vermarkten lässt*





**STEINWENDNER**

**Silomais in Rundballen**

- BESTE SILABEQUALITÄT
- HOHE VERDICHUNG
- KEINE VERLUSTE
- IDEAL EINSETZBAR FÜR SOMMERFÜTTERUNG
- SEHR GUTE HALTBARKEIT
- ZUSTELLUNG MÖGLICH

*Wir pressen auch Ihnen Mais vor Ort*



nähere Infos:  
[www.maisballen.at](http://www.maisballen.at)

**Rodungsfräse**

- RESTLOSE ENTFERNUNG VON STOCK UND WURZEL
- ARBEITSTIEFE BIS 50CM
- RODUNG VON ALMEN
- PFLANZSTREIFEN ANLEGEN

*Arbeitstiefe bis 50cm*



NEU im Programm

**Forstmulchen**

- BEI WIEDERAUFFORSTUNG
- SCHLAGABRAUM MULCHEN
- ALMFLÄCHEN SÄUBERN
- WIESEN- UND WALDRÄNDER SÄUBERN

*Leistungsfähige Maschinen*



**STEINWENDNER**

LEHRENDEN ZENTRUM FÜR LAND- UND FORSTWIRTSCHAFT  
STEIER- UND LÄNDERPRODUKTIONSGEMEINSCHAFT

Tel. 07242/51295  
Mobil 0664/3074223  
Fax 07242/206430  
[richard@steinwendner.at](mailto:richard@steinwendner.at)  
[www.steinwendner.at](http://www.steinwendner.at)

aufnehmen. Der Mediziner verarbeitet die Kräuter auf der Licht-Quell-Alm in der Steiermark zu Heilmitteln, die verstärkt mit Sonnenenergie behandelt werden.

Wasser ist nicht gleich Wasser, es hat bioelektrochemische, magnetische und energetische Eigenschaften und kann Informationen aufnehmen. Vor allem das reine, junge Quellwasser von der Alm hat im Gegensatz zu energetisch totem Leitungswasser durch seinen hohen Energiegehalt an und für sich schon heilende Wirkung, so Töth. Auch das Element Erde bringt in der Höhenlage eine andere Qualität hervor. In Versuchen konnte er nachweisen, dass geringere Erträge durch einen höheren Gehalt an wertvollen Inhaltsstoffen sozusagen wettgemacht werden. Daher sei für

ein besseres Produkt auch ein höherer Preis gerechtfertigt.

### Der Bauer als Gesundheitsmanager

Im Bewusstsein um ihr Potenzial können die Bewirtschafter der Alpen vor allem den Stadtmenschen diese Region zur Verfügung stellen, beispielsweise im Rahmen von Vorträgen und Seminaren, bei denen sie als Gesundheitslehrer tätig sein können. Somit hätten sie nicht nur die Bewirtschaftung, sondern könnten auch gesunde Nahrung und Wissen weitergeben. Den Besuchern könnte das Leben mit der Natur wieder näher gebracht werden, indem sie einen Tag und eine Nacht auf einer einfachen Almhütte verbringen, Holz sammeln, einheizen, Kühe melken, bei der Käseherstellung dabei sind. Auf diese Weise erschließt sich den Bewirtschaftern ein Nebeneinkommen. Der Mediziner schlägt auch vor, die vorhandenen Produkte besser zu nützen, den Aufwuchs nicht nur in Form von Heu zu konservieren. Beispielsweise können Heilkräuter zu Endprodukten wie Heilmittel verarbeitet werden, etwa Essenzen beziehungsweise alkoholische Auszüge oder Frischpresssäfte aus Kräutern ausgeschenkt werden. Letztere sind billig in der Herstellung, hoch mit Vitalstoffen und Antioxidantien angereichert, und können mit einem Mixer hergestellt werden. Mit Pfefferminze, Thymian oder Löwenzahn, eventuell unter Zugabe von Honig und Zitrone entsteht ein gesundes und günstiges

Getränk. Mit Produkten dieser Art können Bedeutung und Wertigkeit der Bergbauern im Sinn einer Natur- und Heilstation aufgewertet werden, ist der Referent überzeugt.

### Therapiestation Alp

Alpreigionen sieht er als Therapiestationen der Natur. Bei geführten Touren mit zuvor besprochenen schriftlichen Unterlagen können bestimmte Stationen wie Bach, Wasserfall oder bestimmte Erdenergien gesessen und angewendet, richtige Atemtechniken erlernt werden, um sich in der Höhenluft energetisch aufladen zu können. Als - im besten Fall ausgebildeter - Gesundheitslehrer können Bauern ihre Ressourcen nutzen, ohne die Natur zu belasten, weil keine baulichen Maßnahmen notwendig sind. „Es bleibt die Natur erhalten, es wird das Potenzial aufgewertet und wirtschaftlicher Anreiz für den Almbauer geboten“, resümiert Töth. Pilotprojekt ist die Licht-Quell-Alp in der Steiermark, wo der Mediziner seine Möglichkeiten im Rahmen einer Therapiestation Natur ausschöpft und auch Heilmittel herstellt. An die Berg- und Almbauern richtet er den Appell zum Umdenken. Die Wertschöpfung von Heu als Futtermittel ist deutlich geringer im Gegensatz zum gleichen Rohstoff, der als Bio-Heubad oder gar als Heu-Umschlag oder Packung für die Badewanne abgepackt verkauft wird. So würde die Qualität, die sie hervorbringen, wieder wertgeschätzt. ■