

Volkmar Schwabe

# Seide tut dem Menschen gut

## Warum hochwertige Maulbeerseide nicht nur als Luxusprodukt gilt, sondern auch in den Nischen ganzheitliche Gesundheit und gesunder Schlaf verortet ist

### Es begann in Salzburg.

Nachdem die österreichische Version der Paracelsusmesse 1997 eingestellt wurde, erlebte Salzburg in 2010 eine Wiederbelebung dieser Gesundheitsmesse im Kontext der Complementärmedizin. Im „Amadeus-Terminal“ am Flughafen. Welchen Namen sollte er in Salzburg auch sonst tragen? Trotz dieses Messestandorts mit dem klangvollen Namen blieb der Besucheransturm überschaubar. Um es ganz vorsichtig auszudrücken.

Aber bekanntlich hat jede Medaille zwei Seiten, leben wir bipolar, sind Yin und Yang, oben und unten das Regelwerk unseres (Er-)Lebens. Und natürlich gilt das dann auch für die Paracelsusmesse. Weil nämlich das Ausbleiben der Besucherscharen es den Ausstellern diesmal selbst ermöglichte, in sonst nicht gewohnter Intensität einmal untereinander zu kommunizieren. Mir eröffnete dieser Umstand zwei hochinteressante Kontakte und in der Folge davon zwei ganz sinnliche Erfahrungen, die seitdem - jede für sich – mein ganz persönliches Leben und Erleben nachhaltig beeinflussen.

Zum einen war es das höchst informative Fachgespräch mit **Rolf Ehlers**, dem Entwickler und Geschäftsführer von Aminas. Ein Kontakt, der bis heute qua veränderter Regelung der Serotonin-Ausschüttung mein Erleben auf der y-Ordinate meiner lebenslangen Sinuskurve deutlich angehoben hat. Klingt a) kompliziert und b) nach schnöder Werbung. Stimmt beides nicht. Weil alles so ist, wie es ist. Auch in diesem Fall.

Ich hoffe, ich habe Sie damit genügend gespannt gemacht auf den zweiten hochinteressanten Kontakt. Hier ist er. Konkret sie. Frau **Ursula Daffner** ist es nämlich, die von nun an thematisch das folgende Szenarium bestimmt.

Die studierte Raumgestalterin Ursula Daffner ist die Inhaberin des Unternehmens „Raumkultur“. Mit der programmatischen Ankündigung: „Seide in Hülle & Füllung“. Just dieses „zufällige“ erste Treffen in Salzburg sollte mein Einstieg werden in eine für mich fast völlig neue Welt der Seide. In die Welt der Maulbeerseide auf der höchsten Qualitätsstufe.

Zunächst will ich Sie aber zur Einstimmung auf den dann eher fachlichen Teil dieses Porträts

an der Chronologie meiner entsprechenden eigenen, ganz sinnlichen Erfahrungen teilhaben lassen. Nach dem Gespräch mit Frau Daffner, über dessen hochinteressante Inhalte ich ebenfalls gleich berichten werde, habe ich ein Seidenkissen und eine Seidendecke ins Hotelzimmer in der Nähe von Salzburg mitgenommen. „Liebe nach der ersten Nacht“, ordnet sich nun zwar in die Bandbreite von romantisch, schnulzig bis kitschig ein, beschreibt aber die Dramaturgie dieser Nacht recht präzise.

### Es war auf Anhieb (und ist es bis heute unverändert geblieben) ein völlig neues Schlafgefühl. Das Erleben einer neuen Leichtigkeit.

Im wahrsten Sinne des Wortes. Diese vergleichsweise hauchdünne Seidendecke wiegt fast nichts. 800 g konkret. „Gefühl“ sogar fast überhaupt nichts. Als relatives Sensibelchen hasse ich es, wenn ich schwere Decken habe, die dann gleichsam zentnerschwer insbesondere auf den Füßen lasten.

Und jetzt diese Decke, die sich anschmiegt wie eine zweite Haut. Und trotz des Leichtgewichts dennoch einen offensichtlich idealen Wärmeausgleich liefert. Bei Kälte und bei Hitze. Ich komme darauf zurück.

Nicht nur wegen ihrer Leichtigkeit und des minimalen Platzbedarfs habe ich sie nun immer dabei. Insbesondere das Seidenkissen. Wenn ich schon in drastischer Formulierung ausgedrückt habe, die meisten Decken ob ihres Gewichts und sonstiger Auffälligkeiten zu „hasen“, so gilt das gleichermaßen und noch viel mehr für die meisten Kissen, die in Hotels vorgehalten werden. Das „Seidenkissen“, in diesem Fall exakt mit Baumwolle stabilisierte Seidenfäden, bietet mir nun erstmals in meinem siebten Lebensjahrzehnt völlig unterwartet das Kissen, das ich zuhause und insbesondere auf Reisen längst nicht mehr missen möchte.

So, liebe Leser, das war zunächst mein kleiner Bericht über die im wahrsten Sinn über Nacht entstandene Begeisterung für das Schlafen in Seide, über die rein emotionale Seite dieser neuen „Beziehung“. Bis hierhin würden Sie das bisher Gesagte verständlicherweise im besten Falle als zwar hoffentlich interessantes, aber dennoch sehr eigenwilliges, höchst individuell geprägtes Gemälde abtun.

Deshalb kommt nun der eher fachliche Teil meiner Annäherung an das Thema Seide. Denn ich habe viel gelernt im Gespräch mit Frau Daffner in Salzburg. Die ich Ihnen zum besseren Verständnis dieses Artikels und ihrer Hinwendung zum Thema Seide nicht nur der Höflichkeit halber erst einmal vorstellen sollte.

Ursula Daffner absolvierte ihre erste Ausbildung im Steuerbüro. Und schaffte es im Laufe der Zeit im Rahmen eines steilen beruflichen Aufstiegs, zuständig für das gesamte Finanzwesen in der Gewerkschaft der Eisenbahner in Deutschland zu werden. Doch das schien noch nicht ihr „Lebenszweck“ zu sein. „Ganz oben“ angekommen entschloss sie sich nämlich, erneut die Schulbank zu drücken. Und studierte zunächst Kunstgeschichte. Eröffnete in der Folge eine Galerie in Dreieich bei Frankfurt am Main. Und entwickelte immer mehr Interesse an dem komplexen Thema „Raumkultur“.

Studierte deshalb in Salzburg sechs weitere Semester Farbpsychologie und Raumgestaltung. Entwickelte danach besonderes Interesse an der Schlafkultur. Mit der Betonung auf „Kultur“. Ihre Vision wurde das ästhetische Schlafzimmer, weg von der Ideologie: „ich mache im Schlafzimmer doch ohnehin nur die Augen zu“ hin zu einer innovativen, insbesondere in die Natur eingebundenen Raumkultur zum ganzheitlichen Wohlfühlen. Die Gründung des Unternehmens „Raumkultur“ mit den weiteren Schwerpunkten Farbergonomie und Farbpsychologie lag im wahrsten Sinn des Wortes nahe.

Bei der Umsetzung dieses Konzepts traf sie auf die Seiden-Manufaktur „Sichou“ (das chinesische Wort für „Seide“). Und so kamen viele Komponenten zusammen, die den weiteren Lebensweg der Frau Daffner geprägt haben.

Wegen der eingangs erwähnten „Dramaturgie“ befasst sich dieser Artikel hauptsächlich mit dem Bezug der Seide zu dem Thema Schlafkomfort und Gesundheit.

Natürlich gehört es sich dabei, dass ich Sie zunächst ein wenig ganz grundsätzlich in die Welt der Seide überhaupt entführe. Allerdings nur als kleine und (hoffentlich) kurzweilige Entführung. Denn Wissbegierige können dieses Mütchen heutzutage ganz hervorragend und vertieft zum Beispiel unter Wikipedia oder „Planet-Wissen“ etc. kühlen. Und wenn sie sich bei „Galileo“ einmal das 16-minütige Vi-



### Volkmar Schwabe

Der Wissenschafts-Journalist, Diplom-Pädagoge und Diplom-Sozialarbeiter sowie Gesundheitsberater beschäftigt sich in der Reihe seiner Unternehmensporträts der besonderen Art diesmal mit dem Naturprodukt, das nur auf den ersten Blick als Luxusgut einzustufen ist und sortiert es folgerichtig als vielseitigen Baustein ganzheitlicher Gesundheit ein: Maulbeerseide.

#### Kontakt:

Tel.: 06665 / 13025  
volkmar.schwabe@t-online.de

deo zum Thema Seide anschauen, dann können sie sich sogar locker als Fachmann/Fachfrau auf diesem Gebiet fühlen: [www.prosieben.de/tv/galileo/videos/clip/6852-der-weg-der-seide-1.1622428/](http://www.prosieben.de/tv/galileo/videos/clip/6852-der-weg-der-seide-1.1622428/)

Und deshalb belaste ich Sie und Ihre Zeit jetzt nur mit einer sehr gerafften Einführung zum Thema Seide. Natürlich wird dabei auch der Zusammenhang von Medizin und Seide zur Sprache kommen. Fangen wir trotzdem ganz am Anfang an? Gern.

Der liegt immerhin rund 5.000 Jahre zurück. Und führt uns in die Indus-Zivilisation, in der die Seidenherstellung offensichtlich schon bekannt war. Diese Kultur – auch Harappa-Kultur genannt – war eine der frühesten städtischen Zivilisationen, die sich etwa in den Jahren 2800-1800 v. Chr. entlang des Indus im Nordwesten des indischen Subkontinents entwickelte.

Die eigentliche Seiden-Metropole wurde aber China. Und ist es bis heute geblieben. Es soll die chinesische Kaiserin Se-ling-schi gewesen sein, die im dritten Jahrtausend vor Christus Seidenkokons in ihrem Garten und in der Folge auch das Züchten der Raupen und das Spinnen der Fäden aus den Kokons entdeckte. Es entstand eine blühende Seidenmanufaktur in China, die auch zum Ausgangspunkt der ältesten Handelsstraße der Welt wurde, der **Seidenstraße**. Die aber nicht nur als Handelsweg eine wichtige Rolle spielte, sondern erstmals den regen Austausch von kulturellen und geistigen Gütern ermöglichte. Das Wissen um die Herstellung von Papier und Schwarzpulver gelangte auf diesem Weg in den Westen. Umgekehrt trat der Buddhismus den Weg nach Osten an und hatte bedeutenden Einfluss auf das chinesische Geistesleben. Auch das Christentum und der Islam breiteten sich über die Seidenstraße in Richtung China aus.

Ein Kilo Seide wurde zeitweise mit einem Kilo Gold aufgewogen und machte unzählige Chinesen reich. Kein Wunder, dass die Ausfuhr des wichtigsten „Arbeiters“ in der Produktionskette, des Seidenspinners nämlich, bei Todesstrafe verboten war. Diese Drohung funktionierte mehr als 3.000 Jahre. Die bekannteste Erklärung dafür, dass dieser „seidene Vorhang“ zerrissen wurde, ist die, dass zwei Mönche in 522 n.Chr. nach Byzanz gewandert seien und in ihren Spazierstöcken (andere be-

haupten, in ihren Gewändern, ist ja auch nebensächlich) Maulbeersamen und die Eier des Seidenspinners geschmuggelt hätten.

Damit war zunächst das Seidenmonopol der Chinesen gebrochen. In Europa erblühte die Seidenherstellung in Italien. Palermo, Lucca und Venedig waren die ersten europäischen Seidenzentren, es folgte Frankreich mit Lyon. Heute sind Japan und Indien wichtige Lieferanten. Aber China hat seine

Vormachtstellung erhalten. Wohl auch, weil es nach wie vor die Seide mit der höchsten Qualitätsstufe liefert.

Deshalb verweilen wir im Folgenden auch ausschließlich in China. Maulbeersamen und die Eier des (Maulbeer-)Seidenspinners sind – wie wir gerade gehört haben – der Cocktail, aus dem die edle chinesische Seide gemischt ist. Wie das? Ganz einfach:

Der Baumeister der chinesischen Seide ist der domestizierte und in großen Massen gezüchtete Seidenspinner Bombyx mori. Da diese sich in China ausschließlich von den Blättern des Maulbeerbaums ernähren, wird von Maulbeerseide gesprochen, der hochwertigsten der vielen Seidenarten, die auf den Markt kommen.

Die Raupen verpuppen sich in Kokons, wobei sie die Seide in speziellen Drüsen im Maul produzieren und in großen Schlaufen in bis zu 300.000 Windungen um sich herum legen.

Es entsteht ein einziger Faden, der bis zu 4.000 m lang werden kann, in der Regel aber 1.000 bis 1.500 m lang ist. Fünf bis neun dieser hauchdünnen Seidenfäden, die vom Kokon abgewickelt werden – 3000 Kokons erbringen gerade mal 250 g Seidenfaden – werden nun zu einem einzigen Faden zusammengefasst. Der besteht aus dem Eiweiß Fibroin, einem Strukturprotein, das in seiner Zusammensetzung der menschlichen Haut sehr ähnelt, was natürlich einer der Gründe für die große Hautverträglichkeit der Maulbeerseide ist.

Dieser Seidenfaden zeichnet sich neben seinem charakteristischen Glanz durch eine hohe Festigkeit (so soll ein Seil aus Seide mehr Gewicht tragen können als ein vergleichbar dickes „Seil“ aus Metall), wirkt isolierend gegen Kälte im Winter und Wärme im Sommer (Sie erinnern sich an meine „erste Nacht“) und kann bis zu einem Drittel seines Gewichts an Wasser einlagern. Eine Eigenschaft, die ihn ebenfalls ganz besonders für den Einsatz als Bettwäsche prädestiniert. Weitere spezifische Eigenschaften werden gleich noch folgen.

Wenden wir uns aber erst einmal dem ebenfalls bereits angeführten Stichwort

## Seide und Gesundheit

zu. Auch diese Betrachtungsweise beginnt mit der zentralen Figur all dessen, was mit dem Thema Seide zu tun hat, der Seidenraupe. Symbiotische Bakterien, die in deren Darmwand leben, bilden nämlich ein starkes proteolytisches Enzym namens **Serrapeptidase** oder Serrapeptase. Proteolytische Enzyme spalten Eiweiße in Aminosäuren auf und sind u.a. wichtig für die Wundheilung. Weitere Einsatzgebiete sind rheumatische Erkrankungen, Entzündungen, Allergien, Thrombosen, Infektionen etc. (siehe auch Natur und Heilen 9/2010). Ganz nebenbei bemerkt, spielt die Seidenraupe selbst in der TCM nach wie vor eine wichtige Rolle und ist der Lieferant der „Stoffe“, die in den chinesischen Apotheken bis heute verarbeitet werden.

Aufgrund der erwähnten, der Haut ähnlichen Zusammensetzung der Eiweißstoffe der Seide selbst bietet sich insbesondere Seidenwäsche bei neurodermitisgereizter Haut und Entzündungen, Erythemen und Akne an (British Journal of Dermatology 2004). Aber auch bei besonders trockener Haut, Ekzemen und Pilzinfektionen sowie bei übermäßiger Schweißproduktion soll Seide indiziert sein. „Textilien aus hochwertiger Naturseide haben wegen ihrer außergewöhnlich langen Faserlänge kaum herausstehende Faserenden, welche die Haut reizen könnten“, erklärt **Professor Dirk Höfer** vom Internationalen Textilforschungszentrum Hohenstein in Bönningheim, Baden-Württemberg.

Kein Wunder also, dass auch die naturheilkundlich orientierte Kosmetik mit Seidenproteinen in Cremes, Puder und Shampoos den Wert der Seide erkannt hat und dass auch der Wellness-Sektor zunehmend mehr erkennt, wie hilfreich für die Haut, gleichermaßen therapeutisch wie pflegend, Seidenkokon- und Seidenstempel-Massagen sind. Oder auch die traditionelle Garshan-Massage der Ayurveda mit Handschuhen aus Rohseide, die die Hautschuppen lösen und die Durchblutung steigern.

Die „Apotheken-Umschau“ berichtet in ihrer Februar-Ausgabe, dass Wissenschaftler der Universität Bayreuth derzeit untersuchen, wie biotechnisch bearbeitete Seidenpartikel für den Transport medizinischer Wirkstoffe in den Organismus genutzt werden könnten. Darüber hinaus bestehe das Ziel, mit Seidenproteinen künstliches Zellgewebe herzustellen. Und zusammen mit der Universität Würzburg teste das Team um **Professor Thomas Scheibel** Seidenfilmbeschichtungen für Brustimplantate aus Silikon. Diese sollen eine Barriere zwischen dem Silikon und dem umliegenden Gewebe bilden und durch die seidentypischen Oberflächeneigenschaften die Implantate für die Patientinnen erträglicher machen.

Fazit: **„Seide tut der Haut gut“.**

Betont **Prof. Dr. med. Pen Yu Ho Fang** vom Institute of Medicine Human Research in Gui-

lin in "Papers of RIMHE, der darauf verweist, dass in einer umfassenden Feldstudie in China diese Erkenntnisse der Erfahrungsheilkunde wissenschaftlich bestätigt werden konnten. Und Dr. Jürg Reinhardt richtet in seinem Buch „Sanfte Heilpraxis mit selbstgemachten Medikamenten“ (Hallwag-Verlag) den Fokus der Seide auf das Licht. Weil die Raupe das Licht der Sonne in sich aufsaugt und zum Seidenfaden wandelt. So ist das entsprechende Kapitel überschrieben: „Die Seide, das Gewand aus Licht bei Depressionen. Und rekapituliert: „Was ist ein Seidenfaden? Ein Sonnenstrahl“. Zurück zum Thema:

## Seide und Schlafen

Sie werden es bereits gemerkt haben. Die Dramaturgie dieses Artikels führt nun fast gradlinig zurück zum Ausgangspunkt. Zu meinen Salzburger Erfahrungen mit der Seidendecke. Und dem Seidenkissen. Vieles können Sie nun schon viel besser verstehen. Denn wenn Seide der Haut nicht nur gut tut, sondern sogar ein „Haut-Therapeutikum“ ist, dann ist die Nacht natürlich die geradezu ideale Kombination von Raum und Zeit dafür.

Wobei es bei unserer so lebenswichtigen Regenerationsphase ja um soviel mehr als „nur“ um die Haut geht. Wir alle wünschen, oft genug sehen uns nach einem tiefen Schlaf. **Leonardo da Vinci** brachte das Paradoxon des Schlafes wunderbar auf den Punkt: „Was ist das? Der Mensch wünscht es sich herbei, und wenn er es endlich hat, lernt er es nicht kennen.“

Aber Millionen Menschen, über 30 % in den westlichen Industrieländern, leiden mittlerweile an Schlafstörungen, hecheln da Vincis Paradoxon hinterher und erreichen es doch – wenn überhaupt – immer nur höchst unvollkommen. Mit dramatischen Folgen für die Gesundheit, wie es die Weltgesundheitsorganisation WHO benennt. Das Verständnis über den Zusammenhang zwischen Schlafstörungen und Erkrankungen wächst rasant. Nicht aber die eigentlich zu erwartende damit verbundene Schlafkultur.

Da gibt es zunächst ein Thema, welches Sie zwar ganz besonders interessieren wird, obwohl oder gerade weil es ein etwas unappetitliches ist. Denn längst hat es sich herumgesprochen, dass wir in aller Regel unser Bett teilen. Nicht nur mit liebenswerten Schlafgenossen bzw. Genossinnen, sondern leider auch mit den weniger erwünschten. Thema:

## Seide und Hausstaubmilben.

Deren wissenschaftlicher Name Dermatophagoides verrät ihre besondere Passion: „Hautfresser“. Hausstaubmilben ernähren sich nämlich von unseren abgefallenen Hautschuppen, von denen wir bis zu 1,5 g pro Tag verlieren. Diese Schuppen müssen aber erst von Schim-

melpilzen der Gattung Aspergillus verdaut werden, bevor sie für die Milben nutzbar sind. Da die Milben diesen Pilz auch auf ihrem Körper tragen, wird er bei deren Bewegungen ständig verteilt. Ihr Kot enthält allergieauslösende Bestandteile, die sich als feiner Staub mit einer Partikelgröße von etwa 35 µm verteilen, eingeatmet werden und Allergien wie zum Beispiel die besonders naheliegende Hausstauballergie hervorrufen können.

Da die Hausstaubmilben ihre idealen Lebensbedingungen bei Temperaturen um die 25° C und einer relativen Luftfeuchte von 70 % haben, bieten wir ihnen mit unseren Daunebetten ein ideales Zuhause an. Die höchste Konzentration befindet sich im Kopfkissen, weil dort reichlich Hautschüppchen als Futter sowie viel Wärme und Feuchtigkeit vom Kopf des Schlafenden anfallen. Allein durch das Atmen scheidet der Mensch pro Nacht 250 bis 400 ml Wasser aus. Ein milbenfreies Daunenkopfkissen gibt es daher nicht. Es kann leicht bis zu 400.000 Milben enthalten. Eine einzige Hausstaubmilbe produziert ca. 20 Kotkügelchen am Tag. Ein Teelöffel voll Schlafzimmerstaub enthält deshalb im Schnitt fast 1000 Milben und 250.000 winzigste Kotkügelchen.

Warum ich diese unappetitliche Geschichte so ausgebreitet habe? Ganz einfach:

**Weil Seidenbettdecken  
und Seidenkissen Hausstaubmilben  
und anderen allergieauslösenden  
Stoffen überhaupt keine Chance  
lassen.**

Auch dass die Seide einen idealen Kälte- und Wärmeausgleich bietet, wissen sie jetzt schon. Und auch, dass sie in besonderem Maße für das Abführen der Körperfeuchtigkeit in der Nacht prädestiniert ist. Die Liste der Argumente für den Schlafkomfort in Seide, die mir Frau Daffner in Salzburg vortrug, lässt sich aber fast uferlos ausweiten. Sie hat mich beeindruckt. Keine Frage. Sie werden es merken, denke ich.

Über ein weiteres wichtiges Thema zum Zusammenhang von Seide und Gesundheit habe ich Sie bereits informiert. Lassen Sie es mich hier noch ein wenig weiter ausführen:

## Seide und Klimatisierung

Sie wissen es bereits, dass Maulbeerseide eine herausragende Wärme- und Kälteisolation bietet. Aufgrund der chemischen und mikrofaserartigen Struktur kann sie darüber hinaus Temperaturen aufnehmen, speichern und regulieren. So wird die Körpertemperatur sehr schnell aufgebaut und gespeichert. Überschüssige Wärme gibt Seide durch ihr Kapillarsystem im langfädigen Seidenvlies ab. So gibt es weder Kältezonen noch Hitzestau in Verbindung mit der dann unabweislich folgenden

Verdunstungskälte am Körper. Oft genug Ausgangspunkt von Erkältungen und vieler anderer Krankheiten, u.a. des Bewegungsapparates. Da die in fünf hauchdünnen Schichten übereinandergelegten Seidenfäden nicht versteppt sind, gibt es auch nicht die ansonsten gefürchteten Kältebrücken. Im engen Zusammenhang mit der Klimatisierungsfähigkeit der Seide steht das Thema:

## Seide und Feuchtigkeitsmanagement

Sie wissen es bereits: Seide hat eine Feuchtigkeitsaufnahme von 30 %. Der Wert von Daunenkissen liegt zum Beispiel bei 8,5 %, bei Mikrofasern bei 2,5 %. Seide ist deshalb besonders gut in der Lage, Feuchtigkeit aufzunehmen und – was natürlich noch viel wichtiger ist: abzuleiten. Im Nachtschlaf verliert der Körper bis zu einem halben Liter Flüssigkeit. Mit der Maulbeerseidendecke wird diese Feuchtigkeit abtransportiert und belastet nicht als Wasserdampf bzw. direkte Feuchtigkeit. Wir alle wissen, dass wir ansonsten dazu neigen, die Decke zur Seite zu werfen oder die Beine aufzustellen, sodass mit der zu starken Abkühlung der Haut durch Zugluft natürlich in der Folge „prächtige“ Probleme mit unserem ganzen Bewegungsapparat prädestiniert sind.

Ursula Daffner ergänzt, dass gerade bei Menschen mit Schweißproblemen am Kopf ein Seidenkissen mit einer 100-prozentigen Maulbeerseidenfüllung sofort seine positive Wirkung auf den klimatischen Ausgleich zeige. Das bereits erwähnte renommierte Institut von Hohenstein, das die Bett- und Schlafkultur in Deutschland nach sehr strengen Maßstäben bewertet und in der Regel eher sehr zurückhaltende Wertungsnoten abgibt, hat die beschriebenen Tatsachen mit der Bestnote 1,0 für den Klimawert der Maulbeerseide zertifiziert. Genau wie für den Schlafkomfort insgesamt in der kältesten Wärmeklasse 3. Und gibt eine „sehr gute Schlafempfehlung für Allergiker bzw. unter Hauterkrankungen leidenden Menschen“ aus.

Quasi als Zusammenfassung der Themen Klimatisierung und Feuchtigkeitsmanagement weiß Ursula Daffner zu berichten, dass sich beide Eigenschaften besonders positiv bei den klimakterischen Beschwerden während der Wechseljahre auszeichnen. Die kurzen, aber häufigen Hitzewallungen ziehen im Anschluss meist ein Frösteln nach sich, was den erholsamen Schlaf ständig unterbricht und sich wiederum auf die Stimmungslage und erhöhte Reizbarkeit am Tag als Teufelskreis auswirkt. Da die Maulbeerseidendecke das Wärmeklima und die Körperfeuchtigkeit effizient reguliert, würde es auch während des Klimakteriums – so die Erfahrungen von Ursula Daffner – viel eher zu einem erholsamen und durchgängigen Schlaf kommen.

Neue biochemische Forschungen belegen, dass die in der Maulbeerseide vorhandenen Aminosäuren beruhigende Auswirkungen auf

das zentrale Nervensystem haben. Diese als „Sleep-Faktor“ bekannte Tatsache wirke beruhigend auf das zentrale Nervensystem, vertiefe den Schlaf und Sorge somit für eine bessere Erholung.

Die sich höchst engagiert für die Themen Raum- und Schlafkultur einsetzende Inhaberin des Unternehmens „RaumKultur“ ergänzt, dass aufgrund der antibakteriellen Wirkung der Seide ein Vollseidenkopfkissen auch bei Migräne, Stirnhöhlen- und Zahnschmerzen schon so manche schlaflose Nacht erspart habe.

## Seide und Baubiologie

Dieses Thema hat Ursula Daffner mit ganz besonderem persönlichen Interesse belegt und entsprechend vertieft. Folglich hat sie eine darauf spezialisierte Firma für Messtechnik beauftragt, die Bettdecken, Bettauflagen und Kopfkissen aus Maulbeerseide auszumessen. Die entsprechenden Messdaten, die gern angefordert werden können, ergeben zum Beispiel, dass die angebotene Abschirmdecke Hartmannkreuzungen von der vorher vorhandenen Intensität 3 (stark) auf die Intensität 6-7 (unbedenklich) reduziere. Die prinzipiell gleichen Ergebnisse mit ähnlichen Messwerten ergaben sich bei Currykreuzungen und Wasseradern. Dagegen stiegen die die feinstoffliche Energie messenden Boviseinheiten allein durch die Verwendung der Bettauflage von 6.700 auf 7.500. Mit der H3-Antenne gemutet ergebe sich der Wert: „Guter Schlaf und Lebenskraft“.

Der Baubiologe aus Prien fasst seine eigene Erfahrung bezüglich der Bettauflage und des Seidenkissens zusammen: „Es schläft sich sehr gut auf der Auflage und dem Seidenkissen: tiefer Schlaf und erholt am Morgen“. Ein ähnliches Resümee bekommt die Seidenbettdecke:

**„Der Schlaf wird tiefer, erholsamer. Erdstrahlen (Wasseradern, Verwerfungen, Gitterstrukturen) werden in ihrer Intensität reduziert“.**

Zum Thema Baubiologie gehört auch noch die Tatsache, dass Seide nicht brennbar ist. Diese natürlich auch zuhause äußerst beruhigende Eigenschaft ist aber gerade für Hotels und Pflegeeinrichtungen ein nicht hoch genug einzuschätzender Vorteil. Natürlich sind alle anderen bereits vorgetragenen Ursachen für einen tieferen und gesünderen Schlaf mit der Maulbeerseide auch und gerade für Kliniken und Hotels mit besonders hohem Anspruch prädestiniert. So hat die auf Krebsleiden spezialisierte Privatklinik Marinus am Stein in Brandenburg am Inn, über die die CO·MED-Leser und -Leserinnen gerade Interessantes bezüglich der therapeutischen Anwendung der St. Leonhards Quelle lesen konnten, die Klinik komplett mit Maulbeerseide ausgestattet und berichtet über „das optimale Gefühl für erholsamen Schlaf und natürliche Nachtruhe als ne der Quellen der Gesundheit“.

Bleibt das ebenfalls nicht hoch genug einzuschätzende Merkmal der Maulbeerseide nachzutragen, dass die SICHOU-Seidendecken aus China vollständig frei von Chemie hergestellt werden. Der Maulbeerseidenspinner reagiert äußerst empfindlich auf Schädlingsbekämpfungsmittel. Insofern verbietet sich der Einsatz von Chemie beim Anbau des Maulbeerbaumes, weil die Raupen des Maulbeerspinners nach dem Verzehr solcher Maulbeerbaumblätter sofort verenden würden. Da auch die weiten Verarbeitungsschritte frei von Chemie bleiben, sind diese Seidendecken ökologisch so unbedenklich und umweltfreundlich, dass diese ausschließlich natürlichen Bestandteile der Decke komplett kompostiert werden könnten. Theoretisch. Denn wer würde schon auf die Idee kommen, dieses „wunderbare“ Naturprodukt zu entsorgen?

## Fazit

Entgegen meiner sonstigen „betrieblichen Übung“ will ich diesmal abschließend kein mehr oder weniger emotionsgeladenes Resümee abgeben. Weil ich meine, dass der Artikel (hoffentlich) für sich spricht. Und weil ich davon ausgehe, dass Sie – genau wie ich – ein wenig (vielleicht auch viel) Neues erfahren haben über diesen mich faszinierenden Zusammenhang von Seide, Schlafkultur und Gesundheit.

Kein Wunder, dass selbst die renommierte Krankenkasse Barmenia ihren Mitgliedern die besonders wohltuenden und sich positiv auf einen guten Schlaf auswirkenden leichten und luftigen Decken aus Seide ans Herz legt.

Ich schließe mich dem an und wünsche Ihnen einen guten Schlaf. Mir natürlich auch.

Doch noch ein wenig – sich aufdrängende – Emotion. Denn wenn sich dabei nämlich die Seidendecke wirklich wie eine zweite Haut um Sie schmiegt und Sie über die Wärme- und Feuchtigkeitsregulierung der Seide vermutlich - wie ich - angenehm überrascht sein werden, dann werden Sie vermutlich diesem Resümee aus vollem Herzen zustimmen können:

Seide – ein Geschenk der Natur.



### Kontakt:

Seide in der Hülle & Füllung

**www.RaumKultur.eu**



Ursula Daffner  
Mathias-Duschl-Straße 11b  
D-82140 Olching  
Tel.: 08142 / 440241  
traum-in-seide@raumkultur.eu  
www.RaumKultur.eu