

Die positive Wirkung von Zirbenholz auf unseren Körper!

Das Holz der Zirbe hat sowohl auf die Belastungs-, als auch auf die Erholungsfähigkeit des Menschen äußerst positive Auswirkungen!

Diese Kraft gibt die Zirbe in den ätherischen Ölen an uns weiter.

Zirbenholz schafft messbar Wohlbefinden!

Das Herz erspart sich täglich eine Stunde Arbeit!

Mit Zirbenholz zeigt sich eine deutlich bessere Schlafqualität. Durch die ausreichende Erholung in der Nacht ist die Herzfrequenz auch am Tag niedriger und Sie ersparen sich ca. 3500 Herzschläge oder umgerechnet eine Stunde „Herzarbeit“ pro Tag. Der Schlaf ist vor allem im ersten Schlafzyklus tiefer und die vegetative Erholung des Körpers ist um vieles besser.



Die Zirbe wird auch die Königin der Alpen genannt - herrlich befreiend und erholsam!

Seit Jahrtausenden macht sich der Mensch die Edelbaumart Zirbe zu Nutze. Draußen in den Bergen schützt sie vor Gefahren – verarbeitet bringt sie jene Charakterstärke in den Raum, die ihr über Jahrhunderte in der Natur abverlangt wurde.

Schon unsere Großeltern wussten über die beruhigende Wirkung von Zirbenholz bescheid. So wurden hitzige Debatten in Zirbenstuben ausgetragen und Kleinkinder, die in Wiegen aus Zirbenholz gelegt wurden, schrien weniger oft.

Zirbenholz wirkt entspannend und beruhigend!



Doch wie wirkt sich das Zirbenholz auf die Belastungs- und Erholungsfähigkeit des Menschen aus?

30 gesunde Erwachsene wurden über Monate hindurch medizinisch betreut. Belastungstests und Schlafstudien wurden abwechselnd in Zirbenzimmern und alltagsüblichen Räumen mit Holzdekorbetten durchgeführt. Die Ergebnisse waren selbst für die Wissenschaftler überraschend.

Die Personen, die in Zirbenzimmern trainierten, konnten sich viel schneller erholen. Die Herzfrequenz war bei ihnen niedriger.

Noch deutlicher fielen die Ergebnisse der Schlafstudie aus: Jene Probanden, die in Zirbenholzbetten geschlafen hatten, fühlten sich am nächsten Morgen viel vitaler und ausgeruhter.

Auch der Puls wird gesenkt!

Am Tag schwingt das Herz mit dem Blutdruck mit, es schlägt also schneller. Es sind die Inhaltsstoffe der Zirbe, die den Puls senken. Schläft man also in einem Bett aus Zirbenholz, gleicht sich der Herzschlag schneller der Atmung an. Und das senke auch das Herzinfarktrisiko, so die Experten. Das Mitschwingen des Herzens mit der Atmung stellt einen Schutzfaktor für das Herz dar. Man weiß heute, dass man bei einem Herzinfarkt besser geschützt ist, wenn das Herz stark mit der Atmung mitschwingt.