

# Die Wirkungen von Arvenholz

Arvenholz wird seit Menschengedenken in den Alpen für unterschiedliche Zwecke eingesetzt. Dies im Wissen um die positiven Wirkungen.



## Wirkungen auf den Menschen

In Holz, Harz und Nadeln von Arvenholz sind ätherische Öle, Harze sowie Pinosylvin in hohen Konzentrationen vorhanden. Diese Wirkstoffe unterstützen das menschliche Wohlbefinden und die Gesundheit. Ausserdem tragen sie zum typischen Duft bei der Arve bei, welcher als äusserst angenehm empfunden wird.

Erkenntnisse über die Holzeigenschaften der Arve erarbeiteten Wissenschaftler der Forschungsgesellschaft Joanneum Research in Graz. Zusammengefasst ergab die Studie die folgenden Resultate: Mit Arve schlafen Sie besser und brauchen weniger Schlaf. Zudem sinkt die Herzfrequenz.

- Die durchschnittliche Arbeitersparnis des Herzens aufgrund der niedrigeren Herzfrequenz beträgt etwa 3'500 Schläge pro Tag. Das entspricht etwa eine Stunde normaler Herzarbeit.
- Der Schlaf ist tiefer und die Erholung wird beschleunigt. Sie brauchen weniger Schlaf!
- Es konnte auch festgestellt werden, dass die Herzfrequenz der Testpersonen im Arvenzimmer vom Luftdruck unabhängig war. Es zeigte sich ein Schutz vor Wetterfühligkeit.
- Die ätherischen Öle der Arve wirken sich zudem wohltuend auf die Atmung aus. Sie wird nicht nur erleichtert, sondern auch intensiviert. Arvenöl löst den Schleim und kann bei Grippe oder Nebenhöhlenentzündungen helfen wieder schneller gesund zu werden.

## Wirkungen auf Bakterien und Motten

Die Arve hat auch noch zwei weitere äusserst interessante Wirkungen und somit auch zusätzliche Einsatzgebiete:

- Arvenholz ist antibakteriell und wird daher auch für Schneidebretter und Brotkisten verwendet.
- Arvenholz und Arvenöl vertreiben Motten. Perfekt auch für Ihren Kleiderschrank!

