Sanddorn-Anwendungen oder ein beeriger Gin

REISE Auf Spiekeroog kommen die robusten Beeren vielfältig zum Einsatz

SPIEKEROOG/PR – Knallorange und eine echte Vitamin-Bombe: Sanddorn, auch die „Zitrone des Nordens“ genannt, spielt auf Spiekeroog eine wichtige Rolle. Die robusten Beeren haben schließlich zehnmal so viel Vitamin C wie eine Zitrone und kommen überall auf den Ostfriesischen Inseln zum Einsatz – ob als Superfood, als Drink oder in der Kosmetik. Vor allem im Thalasso-Gesundheitszentrum Meerestied wird Sanddorn bei vielfältigen Anwendungen genutzt.



Das autofreie Nordseeheilbad Spiekeroog ist auch im Herbst einen Besuch wert. BILD: GENBÖCK PR



Sanddorn, auch die „Zitrone des Nordens“ genannt, hat zehnmal so viel Vitamin C wie eine Zitrone und wächst auf den ostfriesischen Inseln. BILD: GENBÖCK PR

Massagen, Bäder, Vitalshot

„Sanddorn bringt nicht nur die Farben und Aromen des Nordens in unsere Anwendungen, sondern ist auch ein echtes Kraftpaket für die Gesundheit”, sagt Patricia Geisel, die als Wellness-Therapeutin im Thalasso-Gesundheitszentrum Meerestied auf Spiekeroog arbeitet. Hier werden Ölmassagen, Peelings, Packungen und Bäder sowie saisonale Gesichtsmassagen mit Sanddorn-Feuchtigkeitsmaske angeboten. Zu jeder Anwendung wird stets ein Sanddorn-Vitalshot gereicht.

„Gerade im Winter ist er ein echter Vitamin-Booster, denn die Beeren enthalten bis zu zehnmal mehr Vitamin C als Zitronen. Deshalb wurden sie schon früher in der Polarforschung als natürliche Vitaminquelle mitgeführt“, erklärt Patricia Geisel die vielen Vorzüge von Sanddorn. „Zudem pflegt er die Haut, ohne sie so lichtempfindlich zu machen, wie es bei anderen Pflanzenölen, etwa aus Lavendel oder Johanniskraut, der Fall sein kann.“ Eine beliebte Anwendung im Meerestied ist das „Sanddorn-Glück“, eine Kombination aus Sanddornbad und Sanddornpflegepackung zur Regeneration der Haut.

Entzündungshemmend, ballaststoffreich und blutdrucksenkend

Die fruchtig-herben Sanddorn-Beeren, die gern an der Küste auf kargem Boden wachsen, haben dank ihres hohen Vitamin C-Gehalts eine positive Wirkung auf das Immunsystem. Außerdem hat das Sanddorn-Öl wegen seiner Vitamine und ungesättigter Fettsäuren eine entzündungshemmende und heilende Wirkung. Weil die Beeren auch reich an Ballaststoffen sind, fördern sie zudem eine gesunde Verdauung und Darmschleimhaut sowie das Mikrobiom. Erste Studien zeigen darüber hinaus, dass Sanddorn eine blutdrucksenkende Wirkung hat.

Sanddorn für zu Hause – vom Gin bis zur Seife

Sanddorn steht natürlich auch für Genuss und davon lässt sich so einiges auch mit nach Hause nehmen von Spiekeroog. Es gibt es reichlich Sanddorn-Produkte: Honig, Konfitüre, Bonbons, Gummibären und Sanddorn-Seife, die den Inselduft mit ins Badezimmer bringt. Im Spiekerooger Online-Shop gibt es zudem köstlichen Gin und Likör. Die Sanddorn-Pflegeprodukte Sandorini von CMD kann man am Empfang im DünenSpa erwerben.

Über Spiekeroog

Mitten im Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer liegt Spiekeroog – die grüne Insel. Mit unberührter Natur, einem herrlichen Blick aufs weite Meer und urigen Friesenhäuschen im Herzen des Inseldorfs. Das autofreie Nordseeheilbad Spiekeroog mit seinen rund 850 Einwohnern ist die ursprünglichste der sieben Ostfriesischen Inseln. Dünenlandschaften, Salzwiesen, die Inselwäldchen und der endlose Sandstrand prägen die Insel.

Weitere Informationen gibt es online unter www.spiekerooog.de

