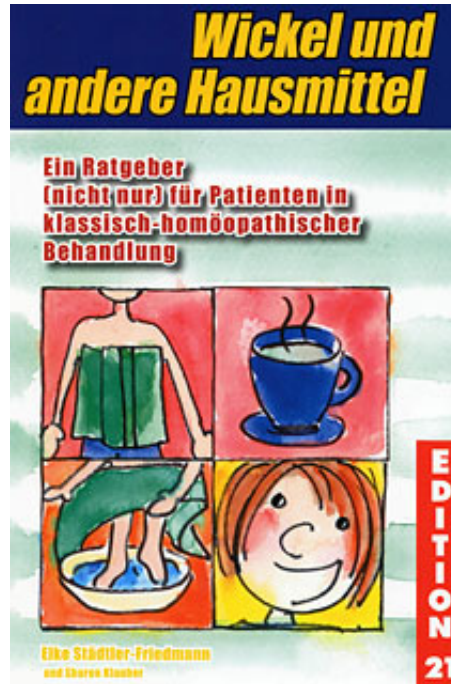


Elke Städtler-Friedmann Wickel und andere Hausmittel

Leseprobe

[Wickel und andere Hausmittel](#)
von [Elke Städtler-Friedmann](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b3859>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH
Blumenplatz 2
D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Fax +49 7626 9749 709
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen
und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



Schnupfen und Nebenhöhlenentzündung

„Unbehandelt dauert ein Schnupfen sieben Tage, behandelt eine Woche.“

Diese Weisheit bewahrheitet sich immer wieder, trotzdem können wir die lästigen Begleitumstände eines Schnupfens etwas lindern.

Fußbäder zur Abwehrsteigerung

- Ansteigende Fußbäder
- Wechselfußbäder
- Senfmehlfußbäder

Verstopfte Nase

- Eine frisch aufgeschnittene Zwiebel neben dem Bett erleichtert die Nasenatmung (täglich erneuern).

- Rotlicht
- Inhalationen mit heißem Salzwasser (1 El. Meersalz auf 1l Wasser)
- Physiologische Kochsalzlösung in die Nase einbringen. Dies geschieht am besten mit Hilfe einer Pipette oder einer Sprayflasche (leere Sprayflasche ist in der Apotheke erhältlich). Beim Einbringen von Tropfen mit einer Pipette den Kopf des Patienten nach hinten neigen (z.B. über den Bettrand).
Das Einträufeln physiologischer Kochsalzlösung ist schon bei Säuglingen möglich. Bei ihnen sollte man vorher mit einem Nasenpümpchen (Apotheke) die Nase frei machen.
Mit Hilfe eines Nasenkännchens (aus der Apotheke) kann die Nase auch mit physiologischer Kochsalzlösung gespült werden.
- Mit Majoransalbe die Nase innen und außen einreiben (besonders für Säuglinge und Kleinkinder empfehlenswert).

Nebenhöhlenentzündung

- Rotlicht
- Inhalation mit heißem Salzwasser (1 El. Meersalz auf 1l Wasser)
- Nasenspülung mit physiologischer Kochsalzlösung (mit Hilfe eines Nasenkännchens) - siehe oben.
- Kühle Quarkpackung auf Stirn-/Kieferhöhle (kühle Anwendung - wenn Kälte bessert)

- Warme Kartoffel- oder Leinsamenaufgabe auf die Nebenhöhle (warme Anwendung - wenn Wärme hilft).
- Einen Handteller großen Zwiebel-Wickel auf den 7. Halswirbel (das ist derjenige Wirbel unten im Nacken der hervorsteht, wenn man den Kopf nach unten beugt).
- Senfmehlfußbäder (14 Tage lang täglich bei chronischer Nebenhöhlenentzündung)

Halsschmerzen



Bei den ersten Anzeichen von Halsschmerzen sollten Sie ein Tuch *aus reiner Seide* um den Hals binden (Tag und Nacht um den Hals lassen). Seide wirkt heilend und oft ist diese Maßnahme allein ausreichend.

Rezepturen für spezielle Wickel/Auflagen

Es wird im folgenden nur jeweils das Verfahren für das innerste Tuch bzw. die Auflage beschrieben. Jede angegebene Anwendung muss mit Flanell- und Wolltuch als mittlerem und äußerem Tuch vervollständigt werden. Eventuell noch eine Wärmflasche auflegen.

Heublumensack _____

Wirkung:

Beruhigend, entspannend, durchwärmend, krampflösend, schmerzlösend, durchblutungsfördernd.

- *Heublumen*
- *Stoffsack*
- *Kochtopf mit Dampfeinsatz*
- *Flanell- und Wolltuch*

Heublumen (Apotheke) etwa 5-8 Zentimeter dick in ein Leintuch einschlagen, so dass ein Paket von der benötigten Größe entsteht, mit Leukoplast zukleben - am geeignetsten wäre ein Sack der entsprechenden Größe.

In Apotheke, Drogerie, Reformhaus gibt es bereits vorbereitete Heublumensäcke mit genauer Gebrauchsanweisung.

Den locker gefüllten Heublumensack im Wasserdampf (nicht im Wasser) 10-15 Minuten erhitzen:
Zum Beispiel in einem speziellen Dampfeinsatz

im Kochtopf oder indem man ihn in ein in den Kochtopf eingehängtes Sieb legt. Beim Anlegen darf kein heißes Wasser aus dem Sack sickern (gut ausdrücken) und er muss die richtige Temperatur haben. Das heißt er darf nur noch „gut warm“ sein. Prüfen Sie die Temperatur an Wange oder Handpuls. Dann den Sack locker auflegen. Erst wenn er die dem Patienten angenehme Temperatur hat mit Zwischen- und Wolltuch befestigen.

Der Heublumensack kann 1-1 1/2 Stunden liegen bleiben, wenn er nicht früher abgekühlt ist.

Kartoffelaufgabe _____

Wirkung:

Die Kartoffel selbst hat keine heilende Wirkung. Bei den Auflagen nutzen wir ihre große Fähigkeit Wärme zu speichern. Die Wärme einer Kartoffelaufgabe dringt sehr tief. (Beispiel siehe Abb. 3, Seite 91)

- *Kartoffeln oder Kartoffelbreipulver*
- *Inneres Tuch passender Größe*
- *Flanell- und Wolltuch*

Kartoffeln kochen und zerdrücken (oder Kartoffelbreipulver mit sehr heißem Wasser anrühren). In ein Tuch einschlagen (ca. 1-2cm dick). Den Stoff gegebenenfalls mit Leukoplast fixieren. Vorsichtig

auflegen. Eventuell noch etwas abkühlen lassen,
bis die Temperatur vertragen wird.

Leinsamenpackung _____

Wirkung:

Wärmend, erweichend, schleimlösend.

- *Geschroteter Leinsamen*
- *Inneres Tuch passender Größe*
- *Flanell- und Wolltuch*

Grob geschroteten Leinsamen mit heißem Wasser übergießen. Etwa 10 Minuten quellen lassen. Abtropfen lassen und in das Tuch einschlagen (ca. 1-2cm dick). Den Stoff gegebenenfalls mit Leukoplast fixieren. Warm auflegen.

Quarkwickel/-auflage _____

Wirkung:

Entzündungshemmend, stark abschwellend, schmerzlindernd, kalt angewendet wirkt er zudem angenehm kühlend.

- *Abgetropfter Quark*
- *Inneres Tuch passender Größe*
- *Flanell- und Wolltuch*

Vor allem bei Entzündungen mit starker Schwellung

Wickel und andere Hausmittel

Ein Ratgeber
(nicht nur) für Patienten in
klassisch-homöopathischer
Behandlung



Elke Städtler-Friedmann
und Sharon Knauber

EDITION
21

Elke Städtler-Friedmann

[Wickel und andere Hausmittel](#)

112 Seiten, kart.
erschienen 2004



bestellen

Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de