

Bewährte Hausmittel

Omas Kirschsteinsack

Der Kirschsteinsack ist ein uraltes Schweizer Hausmittel. Er wird auch als trockene Wärmflasche bezeichnet. Die Wirkungsweise beruht darauf, dass sich der absolut trockene Kirschstein mit Hitze auflädt und diese Hitze ganz gezielt auf die betroffenen Körperstellen abgibt. Hinzu kommt, dass er nicht so stark auskühlt wie eine her-



kömmliche, mit Wasser gefüllte, Wärmflasche. Hierfür wird der Kirschsteinsack am besten im Backofen bei max. 150 °C oder in der Mikrowelle mit max.imal 600 Watt für ca. 2 - 2,5 Minuten aufgeheizt.

Hinweis: Immer eine Tasse Wasser mit in den Backofen oder die Mikrowelle stellen!

Bei weniger Wärmebedarf kann er auch auf die Heizung gelegt werden. Auch zur Anwendung als Kältekompressen können Sie den Kirschsteinsack gut einsetzen. In diesem Fall kühlt man ihn im Gefrier- oder Kühlschranks entsprechend ab. Ferner eignet sich der Kirschsteinsack auch als Lagerungshilfe für Schwangere und zur Finger- und Fußmassage, insbesondere dann, wenn es darauf ankommt, die Beweglichkeit der Gliedmaßen durch eine gezielte Massage wieder herzustellen bzw. bei Kindern zu aktivieren.

Art.-Nr. 20840 Kirschsteinsack

Zum Inhalieren

Bewährte Helfer sind seit jeher ätherische Öle, ob in der Duftlampe, auf einem heißen nassen Tuch oder im Inhalator.

**Eukalyptusöl kbA Portugal
Art.-Nr. 31091 30 ml**

**Kamillenöl blau ägyptisch
(10 % in Mandelöl kbA)
Art.-Nr. 31033 30 ml**

**Pfefferminze China
Art.-Nr. 31060 30 ml**

Aktiv Wärmebad

Aktiv-Wärmebad enthält eine ausgewogene Kombination ausgesuchter ätherischer Öle. Die enthaltenen Wirkstoffe aktivieren die Körperwärme. Verspannungen der Muskulatur, rheumatische Beschwerden im Schulter-, Rücken- und Armbereich können so positiv beeinflusst werden. Bei den ersten Anzeichen einer Erkältung empfiehlt sich ebenfalls ein Körperwärme anregendes Bad. Bitte nicht länger als 20–25 Minuten baden, danach gut warm halten.



Inhaltsstoffe: Mandelöl, Emulgator auf pflanzlicher Basis, Vitamin E, äth. Pfefferminzöl, Eukalyptusöl, Zitronenöl, Rosmarinöl, Thymianöl, Campheröl.
INCI: Prunus dulcis, Laureth-4, Mentha piperita, Eucalyptus globulus, Citrus limon L., Rosmarinus officinalis, Thymus vulgaris, Camphor

Art.-Nr. 20940 200 ml

Natron (Natriumbicarbonat)

Lebensmittelqualität 100 % biologisch abbaubar

Seit vielen Generationen ist Natron ein Universalmittel und bewährter Helfer in Küche und Haushalt.

Egal ob beim Backen, Kochen, Putzen oder zur täglichen Körperpflege, Natron ist schon seit dem frühen Altertum bekannt. Reinigt Silberschmuck, Fliesenfugen, verstopfte Abflüsse. Beim Kochen entsäuert es Lebensmittel, beim Backen ein natürliches Backpulver. Vermindert unangenehme Gerüche in Küche, Textilien usw. Bei Sodbrennen und Völlegefühl kann Natron sehr hilfreich sein, es hilft, bei Insektenstichen die Schwellung zu vermindern. Im Garten hilfreich gegen Blattläuse sowie Pilzerkrankungen.

Weitere Anwendungsmöglichkeiten können dem beigegefügtten Beileger entnommen werden.

Art.-Nr. 20850 500 g

Wohlfühl Balsam



Wohlthuende Kraft ätherischer Öle bei Erkältung und Schnupfen.

Anwendung: auf Brust und Rücken dünn auftragen und einmassieren. Besonders wirkungsvoll bei Anwendung vor dem Schlafengehen. Befreite Atemwege können zu einem entspannten Schlaf verhelfen. Unbedingt sparsam verwenden. Bei Sensibilität gegen ätherische Öle können leichte Hautrötungen auftreten. Inhaltsstoffe: Lanolin, äth. Pfefferminzöl, Eukalyptusöl, Thymianöl rot, Majoranöl, Teebaumöl, Lavendelöl
INCI: Adeps lanae, Mentha piperita, Eucalyptus globulus, Thymus zygis, Origanum majorana, melaleuca alternifolia, lavandula angustifolia,

Art.-Nr. 20970 60 ml

Magnesiumcitrat

Magnesium ist ein Mineralstoff, ohne den kein Leben möglich wäre. Im Pflanzenbereich ist Magnesium der zentrale Bestandteil des Blattgrüns. Bei uns Menschen dient es dem Körper zur Bereitstellung von Energie. Denn dieses Mineral ist für mehr als 300 verschiedene Stoffwechselprozesse notwendig. Der Normalbedarf eines gesunden Menschen liegt bei 300-350 mg Magnesium am Tag und sollte über die Nahrung gedeckt werden. Doch das ist nicht immer einfach, da magnesiumreiche Lebensmittel auch kalorienreich sind. Anwendung: zur täglichen Nahrungsergänzung, insbesondere bei unzureichender Magnesiumzufuhr durch die normale Ernährung: nach Bedarf vor den Mahlzeiten eine Messerspitze oder ein Teelöffel in Saft oder dergleichen auflösen und einnehmen. Bitte sehr sparsam dosieren.

Art.-Nr. 21000 200 g