

Erkältungsprophylaxe (Gripeschutz – Geschwächte Abwehrkraft)

Beschwerdebild:

Immungeschwächte Patienten sind meist andauernd wieder erkältet. Schon durch den kleinsten Luftzug oder dem Kontakt zu erkrankten Personen führt zu einer weiteren Erkrankung.

Frischpflanzentropfen-Konzept

Eine Tinkturenmischung aus:

Echinaceatinktur	abwehrstärkend
Thymiantinktur	entzündungshemmend
Spitzwegerichtinktur	reizmildernd
Taigawurzeltinktur	resistenzsteigernd

(Erwachsene 3x täglich 15-25 Tropfen, Schulkinder 3x täglich 10 Tropfen, in wenig Wasser vor den Mahlzeiten einnehmen)

Gemmo-Mundspray als Heilungsförderer:

Johannisbeer-Knospenmazerat (bis zur Besserung stündlich 1-2 Stösse in den Mund spraysen)

Kräuterbad mit 12.5% ätherischen Ölen

Ein Bad aus Fichtennadelöl, Eukalyptusöl sowie Heublumenextrakt mit Weizenkeimöl-Molken-Badegrundlage.

2-3-mal wöchentlich für 15-20min ein Bad nehmen.

Zusatztipp:

- Gesunde Ernährung fördern (viel Gemüse, Obst, wenig Schweinefleisch, gesundes Fett z.B Raps- oder Olivenöl)
- Viel Trinken und sich viel an der frischen Luft bewegen
- Sanddornsaft über den Winter trinken (enthält viel Vitamin C)
- Lebertrankapseln (Vitamin A)
- Kneippkuren zur Abhärtung des Körpers