

Das temperaturansteigende Fussbad

Führt intensiv Wärme zu, da die Erkältete Wärme benötigt

Es ist ein wirksames Mittel, um einer beginnenden Erkältung einen besseren Verlauf zu sichern. Kräuterzusätze verstärken die Wirkung z.B. Eukalyptus, Thymian, Latschenkiefer oder Zinnkraut.

Technik: Beginnen Sie mit 35 Grad. Innerhalb von 12-15 Minuten langsam heisses Wasser zugiessen und je nach Verträglichkeit bis 39-42 Grad steigern. Auf Endtemperatur einige Minuten verharren.

Danach: Abtrocknen, 15-30 Min. Bettruhe, gut eingepackt bei stärkerem Schweissausbruch nach ca. 1,5 Std. lauwarme Körper-Waschung im Bett.

Wirkung:

Sofortige örtliche Überwärmung. Mehrdurchblutung mit reflektorischer Wirkung auf Unterleibsorgane und Schleimhäute im Nasen-Rachenraum, Das Immunsystem wird aktiviert, Fresszellen fressen Viren und Bakterien.

Empfohlen: Bei beginnender Erkältung, Schnupfen, Katarrh, Grippe, Halsweh, Bronchitis, Blasen- und Nierenentzündung, Harnwegsinfektionen, arteriellen Zirkulationsstörungen, Beinkrämpfen, zum Fieber erzeugen.

Vorsicht bei Krampfadern, Wasser nur bis Knöchelhöhe.



Aufsteigendes Fussbad

Das temperaturansteigende Fussbad

Führt intensiv Wärme zu, da die Erkältete Wärme benötigt

Es ist ein wirksames Mittel, um einer beginnenden Erkältung einen besseren Verlauf zu sichern. Kräuterzusätze verstärken die Wirkung z.B. Eukalyptus, Thymian, Latschenkiefer oder Zinnkraut.

Technik: Beginnen Sie mit 35 Grad. Innerhalb von 12-15 Minuten langsam heisses Wasser zugiessen und je nach Verträglichkeit bis 39-42 Grad steigern. Auf Endtemperatur einige Minuten verharren.

Danach: Abtrocknen, 15-30 Min. Bettruhe, gut eingepackt bei stärkerem Schweissausbruch nach ca. 1,5 Std. lauwarme Körper-Waschung im Bett.

Wirkung:

Sofortige örtliche Überwärmung. Mehrdurchblutung mit reflektorischer Wirkung auf Unterleibsorgane und Schleimhäute im Nasen-Rachenraum, Das Immunsystem wird aktiviert, Fresszellen fressen Viren und Bakterien.

Empfohlen: Bei beginnender Erkältung, Schnupfen, Katarrh, Grippe, Halsweh, Bronchitis, Blasen- und Nierenentzündung, Harnwegsinfektionen, arteriellen Zirkulationsstörungen, Beinkrämpfen, zum Fieber erzeugen.

Vorsicht bei Krampfadern, Wasser nur bis Knöchelhöhe.

