

Vorbereitung & Durchführung

Substanz: Kümmel-Öl

Wirkung:

- Krampflösend (Verdauungstrakt)
- Blähungstreibend
- Durchwärmend

Art der Anwendung:

- Bauch-Auflage

Vorbereitung:

- Ein Substanztuch mit dem entsprechenden Öl gut beträufeln
- gefaltet in den Gefrierbeutel (Lebensmittelecht) legen
- Wärmflasche mit ca. 70 °C heißem Wasser füllen
- Gefrierbeutel auf die Wärmflasche legen zum erwärmen (optimal wären 2 Wärmflaschen um den Gefrierbeutel)
- Wärmflaschen mit Wollvlies umwickeln
- Alles mindestens 10-15 Minuten aufwärmen lassen

Durchführung

- Wollvlies unter die zu behandelnde Stelle legen
- Substanztuch aus dem Gefrierbeutel nehmen und auf die zu behandelnde Körperstelle auflegen
- Trockentuch als Wärmepolster auflegen
- Wollvlies fest und faltenfrei um den Körper anlegen

Einwirkzeit:

Darf so lange belassen werden, wie es als angenehm empfunden wird.

Anwendungsdauer:

Die Behandlung mit einer Ölaufgabe mindestens 4-6 Wochen durchführen. Da diese Anwendung ein Impuls für den Organismus ist, sollte sie **nicht fortwährend** erfolgen. Es ist sinnvoll, nach dieser Zeit eine Pause von ca. 2 Wochen zu machen. Sollte eine tägliche Anwendung nicht möglich sein, können Sie die Auflage auch 2- bis 3-mal pro Woche durchführen.

