

Naturkosmetik Rezepte zum Selbermachen

Mittel der traditionelle Volksheilkunde

- **Gegen die Akne:** Warme Kamillenkompresse: 3 bis 4 mal täglich etwa 1 Minute auf das Gesicht einwirken lassen oder Kamille als Tee durch seine entzündungshemmenden Wirkstoffe von innen her wirken lassen. Betroffene Hautpartien mehrmals täglich mit Molke betupfen, nicht abwaschen.
- **Naturkosmetik gegen Pickel:** Frischer Zitronensaft wird auf die Hautpartien getupft. Mehrmals täglich anwenden.
- **Mittel der Volksheilkunde bei Fußpilz:** Fußbad, 2 mal täglich. In eine Schüssel eine Tasse Apfelessig und eine halbe Tasse Salz geben.
- **Insektenstiche:** Feuchte Umschläge mit essigsaurer Tonerde auf die betroffene Hautpartie auflegen. Auch das Auflegen von Zwiebelscheibe oder das Abtupfen mit Essig wird von der Volksheilkunde empfohlen. Ein Moorkissen aus dem Kühlschrank hilft gut gegen die Schwellungen. <http://www.naturkosmetik.l-seifert.de/heilmoor.php>
- **Mittel gegen die Schuppenflechte:** 1 bis 2 kg Meersalz werden im Badewasser aufgelöst. Hier ist durch die besondere Belastung des Kreislaufs Vorsicht geboten. Die Volksheilkunde empfiehlt auch ein Heublumenbad.
- **Gegen Fußschweiß:** Laufen Sie ab und zu morgens über taunasses Gras. Fußbad gegen Schweißfüße: Tee aus Hasen-Klee kann helfen.
- **Gegen Achselschweiß:** Etwas Apfelessig unter die Achselhöhlen reiben.
- **Gegen Schwitzen, Schweißgeruch allgemein:** Salbeitee: Das Allheilmittel Salbei hat eine gute schweißhemmende und dazu antibakterielle Wirkung.
- **Gegen Mundgeruch (Gesprächspartner werden immer seltener):** Anistee, ätherische Öle wirken von innen über die Verdauung und über die Lunge. Kardamom. Gegen Mundgeruch hilft es bereits, wenn Sie ein Korn zerkauen.
- **Kleine Hautverletzungen:** Bienenhonig auf die verletzte Hautpartie streichen und mit einem Pflaster abdecken. Den Honig lange einwirken lassen und die Prozedur wiederholen.
- **Gegen die Reisekrankheit und Verdauungsbeschwerden:** Tee aus einer frischen Ingwerwurzel. Ingwer enthält viele Vitamine und Mineralien wie Kalium, Kalzium, Eisen und ätherische Öle.
- **Gegen Durchfall:** Hasen-Kleeteet trinken. Kohletabletten oder Heilerde einnehmen.

Fragen Sie vor Anwendungen bitte ihren Arzt. Es kann keine Garantie zu den Wirkungen der hier gemachten Aussagen gegeben werden.

Infos unter: <http://www.naturkosmetik.l-seifert.de/>