

Zwiebelwickel



Wirkung: Reinigend, keimtötend, schleimlösend, schmerzstillend

Anwendung: Katarrh des Brustraums (Husten usw.) Halsschmerzen, Ohrenschmerzen, Insektenstiche

Materialien:

- Zwiebeln, je nach Auflagefläche 1-3 Zwiebeln
- Umhüllung (Gaze oder dünnes Baumwolltuch)
- Heftpflaster
- Wickelmaterial
- Zwischentuch aus Baumwolle
- Aussentuch aus Wolle oder Baumwolle

Beim Ohr: Aussentuch durch Stirnband, Schal oder Mütze ersetzen

Vorgehen

- Zwiebeln vorbereiten:
 - Zwiebeln hacken oder in dünne Scheiben schneiden
 - Zwiebeln andünsten und auf die vorbereitete Umhüllung legen
 - Oder Zwiebeln zimmerwarm auf die vorbereitete Umhüllung legen
 - Päcklein machen und mit Heftpflaster zukleben
- Päcklein auf die zu behandelnde Stelle legen
- Mit Zwischentuch und Aussentuch (oder Stirnband etc) fixieren
- Wickel mehrere Stunden einwirken lassen, gegebenenfalls wiederholen
- Die Zwiebeln dürfen nur einmal gebraucht werden
- Zwiebeln können warm oder Zimmerwarm aufgelegt werden. Nicht die Temperaturist entscheidend, sondern die heilenden Inhaltsstoffe der Zwiebel