Der Haushaltsalmanach von Anja & Uli Eitze

Es ist nicht nötig sich mit den Nebenwirkungen der Pharma zu belasten,
egal wie groß oder klein sie auch sein mögen.
Wir kennen es alle, plötzlich am Wochenende oder wenn alles geschlossen ist, trifft uns das ein oder andere Wehwehchen. Was mich zu diesem
„Almanach der Hausmittel“ inspirierte.

Hier möchte ich euch das ein oder andere mit an die Hand geben was euch
schnelle Linderung auf natürlicher Basis verschafft. Alles hier ist rein und hat jeder in seiner gut sortierten Küche.
Von Sodbrennen über Erkältung bis hin zu kleine Schnittwunden ist vieles vertreten.
Ich wünsche euch viel Spaß beim Entdecken des Alten Wissens.

Almanach der Hausmittel

Inhaltsverzeichnis – Kapitel anklicken

Fieber
Halsschmerzen
Husten und Schnupfen
Durchfall
Mittelohrentzündung
Übelkeit und Erbrechen
Sodbrennen
Blasenentzündung
Herpes
Schnittwunden
Leichte Verbrennungen

Fieber

Fieber, also eine Erhöhung der Körpertemperatur, ist ein Mechanismus des Körpers, um Erreger zu bekämpfen. Von leichtem Fieber sprechen wir bei einer Körpertemperatur bis 39 Grad Celsius. Es ist nicht notwendig, leichtes Fieber zu senken. Bei einer Körpertemperatur von 39 bis 40 Grad Celsius kann man Maßnahmen zum Fieber senken mit Hausmitteln ergreifen.

Dauert das Fieber länger als zwei bis drei Tage oder steigt über 40 Grad Celsius, solltet ihr unbedingt ärztlicher Rat einholen.

Ingwer

Ingwer ist scharf und Schärfe regt sowohl die Durchblutung als auch die Schweißbildung an. Was unter normalen Umständen unangenehm sein kann, ist genau das Richtige bei Fieber, denn hier wirkt Ingwer fiebersenkend.
So geht's: Die Knolle einfach kleinschneiden und in die Suppe geben oder als Ingwertee bei Fieber genießen – gerne auch mehrmals täglich.

Knoblauch
Der Geschmack ist nicht jedermanns Sache, aber Knoblauch bei
Fieber ist ein altbewährtes Mittel. Denn er ist ein natürliches Antibiotikum und kämpft gegen Bakterien. Dadurch unterstützt Knoblauch unseren Körper auch bei erhöhter Temperatur.
So geht's: Einfach ins Essen geben, allerdings wirkt er pur noch besser.

Honig
Schon seit Jahrhunderten wird Honig gegen Fieber eingesetzt. Wie Knoblauch gilt auch er als natürliches Antibiotikum. Noch dazu hat Honig eine antioxidative Wirkung und kämpft gegen freie Radikale in unserem
Körper.
So geht's: Honig kann natürlich pur eingenommen werden, doch am besten eignet er sich in Kombination mit anderen fiebersenkenden Hausmitteln – beispielsweise Tee, der mit Honig gesüßt wird.



Fiebersenkende Tees
Apropos Tee: In Apotheken und Drogerien gibt es zahlreiche Erkältungstees, die Fieber senken. Doch man kann einen fiebersenkenden Tee auch ganz einfach selbst machen, denn sowohl Lindenblüten als auch Holunderblüten und Hagebutte sind natürliche Hausmittel gegen Fieber.
So geht's: Einfach alle drei Zutaten in einem Mischungsverhältnis von drei Teilen Lindenblüten zu drei Teilen Holunderblüten und zwei Teilen Hagebutten mixen und fünf bis zehn Minuten ziehen lassen.

Der Wadenwickel
Wadenwickel dürfen in dieser Liste der besten

Hausmittel gegen Fieber nicht fehlen. Sie sind ein äußerst wirksames Hausmittel gegen Fieber.
Besonders bei Kindern sind Wadenwickel sehr hilfreich. Dabei sollte das Wasser allerdings nicht eiskalt sein. Wadenwickel können die Körpertemperatur schnell um bis zu ein Grad senken und sollten immer dann gewechselt werden, wenn das Tuch die Temperatur des Körpers angenommen hat. Es muss auch nicht immer Wasser sein, eine Alternative: Man kann das Tuch auch in Apfelessig tränken und damit die Wirkung sogar erhöhen.
Übrigens: Die Wickel müssen nicht ausschließlich um die Waden gelegt werden, auch um die Brust haben Wickel eine fiebersenkende Wirkung.
Bei Schüttelfrost sollten keine Wadenwickel angewandt werden.

Was seit vielen Generationen weiter gegeben wurde soll nicht in Vergessenheit geraten.
Die Natur hält so viel Wunderbares und Gesundes für uns bereit das wir uns zunutze machen können.

Halsschmerzen

2 Rote Zwiebeln
Honig (ersatzweise Zucker zum Beispiel für Veganer)
Die Zwiebeln halbieren und in Scheiben schneiden
In einer Vorratsdose aus Kunststoff die Zwiebelscheiben und den Honig schichten. Ich fange immer mit einer Lage Zwiebel an, dann den Honig (am besten aus der Dosierflasche) Großflächig über die Zwiebel geben. Dann mit der
nächsten Lage fortfahren.

Mit geschlossenen Deckel an einem warmen Ort stehen lassen.
Nach ca. einer Stunde bildet sich der erste Zwiebel-Honig Sud. Diesen
mehrfach am Tag einnehmen Pro Einnahme 2 Teelöffel
Die Mischung gibt im Laufe der nächsten Stunden weiterhin Sud ab. Sobald
sich im Laufe der Zeit kein Sud mehr absetzt einfach eine neue Mischung ansetzten.



In der Regel merkt man schnell eine deutliche Besserung, da die Zwiebel eine desinfizierende Wirkung hat. Und der Honig ist wie Balsam für den gereizten Hals.
Hinweis: Diese natürlichen Heilmittel sollten Dir helfen, Dich besser zu
fühlen. Wenn sich Dein Zustand nicht bessert, konsultiere Deinen Arzt.

Husten / Schnupfen

Hausmittel bei Husten und Schnupfen

Bei Husten und Schnupfen gibt es eine Vielzahl an Hausmitteln, die Linderung verschaffen können. Hier sind einige bewährte Methoden:

Honig
- Eigenschaften: Antibakteriell und beruhigend.
- Anwendung: Ein Teelöffel Honig in warmem Wasser oder Tee aufgelöst, hilft bei Hustenreiz und Halsschmerzen.

Inhalation mit ätherischen Ölen
- Eigenschaften: Befreit die Atemwege und lindert Entzündungen.
- Anwendung: Ein paar Tropfen Eukalyptus- oder Pfefferminzöl in heißes Wasser geben und den Dampf inhalieren.

Ingwer (wenn du spontan keinen frischen Ingwer zur Hand haben solltest
kannst du auch gemahlenen Ingwer aus dem Gewürzregal benutzen)

Ingwertee

- Eigenschaften: Entzündungshemmend und immunstärkend.
- Anwendung: Frischen Ingwer in Scheiben schneiden, in heißem Wasser ziehen lassen und mit etwas Honig trinken.

Zwiebelsirup
- Eigenschaften: Schleimlösend und antibakteriell.
- Anwendung: Knoblauch Zitrone Honig (ersatzweise Zucker zum Beispiel für Veganer)
Aus diesen Zutaten bereite ich einen Wohltuenden Tee zu.
Zuerst 2 Knoblauchzehen halbieren und einer Fingerdicken Scheibe Ingwer mit kochendem Wasser aufgießen. Ca. 10 min. Abgedeckt stehen lassen.

Danach den Knoblauch sowie den Ingwer mit einem Löffel aus dem Aufguss nehmen.
In den heißen Tee einen Spritzer Zitrone sowie Honig nach Geschmack. Knoblauch besitzt eine natürliche Antibiotische Wirkung, sodass sich der Festsitzende Schleim schnell löst.
Die Zitrone gibt eine extra Portion Vitamin C.
Der Honig sowie der Ingwer wirken beruhigend

auf den Husten.
Diesen rein natürlichen Tee mehrfach am Tag Trinken.

Hühnersuppe
- Eigenschaften: Wärmt von innen und fördert die Genesung.
- Anwendung: Heiße Hühnersuppe essen, um den Körper zu stärken und die Schleimhäute zu befeuchten.

Salzwasser-Nasenspülung
- Eigenschaften: Reinigt die Nasengänge und reduziert Schwellungen.
- Anwendung: Eine Salzlösung (1 Teelöffel Salz auf 500 ml warmes Wasser) verwenden und die Nase damit spülen.

Kräutertees
- Eigenschaften: Beruhigend und schleimlösend.
- Anwendung: Tees aus Thymian, Salbei oder Lindenblüten trinken, um den Hals zu beruhigen und Schleim zu lösen.

Warmes Fußbad
- Eigenschaften: Fördert die Durchblutung und

kann Erkältungssymptome lindern.
- Anwendung: Die Füße in warmem Wasser mit etwas Senfmehl baden und anschließend warmhalten.

Viel Trinken
- Eigenschaften: Hält die Schleimhäute feucht und unterstützt den Heilungsprozess.
- Anwendung: Wasser, Kräutertees oder heiße Zitrone mit Honig trinken.

Bettruhe
- Eigenschaften: Unterstützt das Immunsystem und beschleunigt die Heilung.
- Anwendung: Genügend Ruhe und Schlaf einplanen, um dem Körper die nötige Erholung zu geben.

Diese Hausmittel können helfen, die Symptome von Husten und Schnupfen zu lindern und den Heilungsprozess zu unterstützen. Bei anhaltenden oder schweren Symptomen sollte jedoch ein Arzt konsultiert werden.

Mit diesen Zutaten der Natur bleibt dir der Gang zur Apotheke und vor allem die

Nebenwirkungen der Pharma Produkte erspart.

Hausmittel bei Durchfall
Noch plötzlicher als eine Erkältungskrankheit trifft uns Durchfall. Aber auch hier steht uns die Natur mit alten Hausmitteln zur Seite.

Durchfall kann unangenehm und belastend sein, aber es gibt verschiedene Hausmittel, die helfen können, die Symptome zu lindern und den Körper zu stabilisieren. Hier sind einige bewährte Methoden:

Dehydration
- Eigenschaften: Verhindert Dehydrierung und ersetzt verlorene Elektrolyte.
- Anwendung: Viel Wasser trinken, am besten kombiniert mit einer Elektrolytlösung (selbstgemacht aus einem Liter Wasser, einem Teelöffel Salz und sechs Teelöffeln Zucker).

Am wichtigsten ist viel Trinken, hier eignen sich am besten schwarzer oder grüner Tee, weil diese Teesorten den Stuhlgang eindicken.

Kamillentee
- Eigenschaften: Entzündungshemmend und beruhigend für den Magen.
- Anwendung: Kamillentee trinken, um den

Verdauungstrakt zu beruhigen.

Pfefferminztee
- Eigenschaften: Krampflösend und beruhigend.
- Anwendung: Pfefferminztee trinken, um den Darm zu entspannen.

Banane
- Eigenschaften: Reich an Kalium, leicht verdaulich und hilft, den Stuhl zu festigen.
- Anwendung: Reife Bananen essen, um Elektrolyte aufzufüllen und die Verdauung zu beruhigen.

Apfelmus
- Eigenschaften: Enthält Pektin, das den Stuhl festigt.
- Anwendung: Apfelmus ohne Zuckerzusatz essen.

Reis und Reiswasser
- Eigenschaften: Beruhigt den Magen und festigt den Stuhl.
- Anwendung: Gekochten weißen Reis oder das Wasser, in dem der Reis gekocht wurde, trinken.

Karottensuppe
- Eigenschaften: Liefert Nährstoffe und hilft, den Darm zu beruhigen.
- Anwendung: Karotten kochen und zu einer Suppe pürieren, leicht gesalzen verzehren.

Heidelbeeren
- Eigenschaften: Enthalten Gerbstoffe, die entzündungshemmend wirken.
- Anwendung: Getrocknete Heidelbeeren kauen oder als Tee aufgießen.

Zwieback
- Eigenschaften: Leicht verdaulich und beruhigend für den Magen.
- Anwendung: Als kleine Mahlzeit empfiehlt sich Zwieback mit ein wenig Wasser einweichen und eine Banane unterdrücken. Sehr gut geeignet ist auch ein geriebener Apfel, kann auch in Kombination mit Zwieback gegessen werden. Ebenfalls gut verträglich sind weißer Reis und Karotten.

Apfelessig
- Eigenschaften: Antibakteriell und hilft, das

Gleichgewicht im Darm wiederherzustellen.
- Anwendung: Einen Esslöffel Apfelessig in einem Glas Wasser verdünnen und trinken.

Joghurt
- Eigenschaften: Enthält Probiotika, die die Darmflora unterstützen.
- Anwendung: Naturjoghurt essen, um die guten Bakterien im Darm zu fördern.

Diese Hausmittel können helfen, die Symptome von Durchfall zu lindern und die Heilung zu unterstützen. Wenn der Durchfall länger als ein paar Tage anhält oder von schweren Symptomen wie hohem Fieber, blutigem Stuhl oder starken Bauchschmerzen begleitet wird, sollte unbedingt ein Arzt aufgesucht werden.



Hausmittel bei Mittelohrentzündung

Eine Mittelohrentzündung kann sehr schmerzhaft sein, und während ärztliche Behandlung oft notwendig ist, gibt es auch einige Hausmittel, die Linderung verschaffen können. Hier sind einige bewährte Methoden:

Warme Kompressen

- Eigenschaften: Lindern Schmerzen und fördern die Durchblutung.
- Anwendung: Eine warme, feuchte Kompresse (z. B. ein warmes Tuch) für 10-15 Minuten auf das betroffene Ohr legen.

Zwiebelsäckchen

- Eigenschaften: Antibakteriell und entzündungshemmend.
- Anwendung: Eine Zwiebel klein schneiden, in ein Tuch wickeln und leicht erwärmen. Das warme Zwiebelsäckchen auf das schmerzende Ohr legen.

Sie steigern die Durchblutung und lindern die Schmerzen. Außerdem beschleunigen die antibakteriellen Inhaltsstoffe der Zwiebel die Heilung.

Knoblauchöl
- Eigenschaften: Antibakteriell und schmerzlindernd.
- Anwendung: Knoblauchzehen in Olivenöl erhitzen, abkühlen lassen und ein paar Tropfen des warmen (nicht heißen) Öls ins Ohr träufeln.

Olivenöl
- Eigenschaften: Beruhigend und schmerzlindernd.
- Anwendung: Einige Tropfen lauwarmes Olivenöl ins betroffene Ohr träufeln.

Kamillentee-Dampf
- Eigenschaften: Entzündungshemmend und beruhigend.
- Anwendung: Kamillentee zubereiten, den Dampf inhalieren und gleichzeitig das betroffene Ohr dem Dampf aussetzen.

Ingwer
- Eigenschaften: Entzündungshemmend und schmerzlindernd.
- Anwendung: Ein paar Tropfen Ingwersaft ins Ohr träufeln oder Ingwertee trinken.

Basilikum

- Eigenschaften: Antibakteriell und schmerzlindernd.
- Anwendung: Basilikumblätter zerdrücken und den Saft um das Ohr herum, aber nicht ins Ohr, auftragen.

Kaugummi kauen
.- Eigenschaften: Kann den Druck im Ohr ausgleichen.
- Anwendung: Kaugummi kauen, um den Druckausgleich im Ohr zu fördern, insbesondere bei Druckänderungen.

Ruhe und Schlaf
- Eigenschaften: Unterstützt das Immunsystem.
- Anwendung: Ausreichend Ruhe und Schlaf einplanen, um die Heilung zu unterstützen.

Hochlagerung des Kopfes
- Eigenschaften: Reduziert den Druck im Ohr.
- Anwendung: Beim Schlafen den Kopf hochlagern, um den Druck im betroffenen Ohr zu verringern.

Übelkeit/Erbrechen
Natürliche Haumittel für eine schnelle Linderung
Ingwer ist gut für das Verdauungssystem und wirkt als natürliches
Antiemetikum gegen Erbrechen.
Je einen Teelöffel Ingwersaft und Zitronensaft mischen und mehrmals täglich verzehren.

Alternativ kannst du etwas Ingwertee mit etwas Honig probieren oder frische Ingwerscheiben mit oder ohne Honig essen.



Reiswasser hilft, Übelkeit und Erbrechen zu lindern, besonders wenn es
durch Gastritis verursacht wird. Verwende bei der

Zubereitung von Reiswasser weißen Reis und keinen braunen Reis, da er reich an Stärke und leichter verdaulich ist.

Und so wird‘s gemacht.
1.Koche eine Tasse Reis in ein bis anderthalb Tassen Wasser.
2.Die Lösung abseihen.
3.Trinke dieses Reiswasser, bis die Symptome weg sind.



Ein Tee aus frischer Minze, kann Erleichterung bei Übelkeit bieten,

besonders wenn sie durch Magenverstimmung verursacht wird.
Einen Esslöffel getrocknete Minzblätter in eine Tasse heißes Wasser geben. 5 bis 10 Minuten ziehen lassen. Den Tee abseihen und trinken. Wenn frische Minzblätter vorhanden sind, kannst du sie auch einfach kauen.
Alternativ empfiehlt es sich, je einen Teelöffel Minzsaft, Zitronensaft und einen Esslöffel Honig zu mischen. Verzehr diese Mischung dreimal täglich.



Apfelessig kann helfen, das Unwohlsein zu lindern. Er hilft, den Magen zu beruhigen und hilft bei der Entgiftung. Außerdem hilft Apfelessig

dank seiner antimikrobiellen Eigenschaften bei Lebensmittelvergiftungen. Mische einen Esslöffel Apfelessig und einen Esslöffel Honig in einem Glas
Wasser. Trinke es und wiederhole es bei Bedarf.
Der Geruch von Erbrochenem kann manchmal mehr Erbrechen verursachen. Um den Atem zu erfrischen und weiteres Erbrechen zu verhindern, spüle
deinen Mund mit einem Teelöffel Apfelessig, der in einer halben Tasse Wasser verdünnt ist.

Zwiebelsaft kann dank seiner natürlichen antibiotischen Eigenschaften gegen Übelkeit und Erbrechen helfen. Einen Teelöffel Zwiebelsaft mit einem Teelöffel geriebenem Ingwer mischen.
Verzehre diese Mischung in regelmäßigen Abständen, um die Übelkeit zu beseitigen.
Eine andere Möglichkeit ist es, zwei Teelöffel Honig in einer halben Tasse Zwiebelsaft zu mischen. Verzehre einen Esslöffel dieser Mischung. Bei

Bedarf wiederholen.
Weitere Tipps damit du dich schnell besser fühlst.
Wenn du dich unwohl fühlst, nimm einen kleinen Schluck Wasser, um deinen Magen zu beruhigen.
Eine leichte Mahlzeit einnehmen und langsam essen.
Vermeide es, frittierte Lebensmittel zu essen.
Trinke klare Flüssigkeiten.
Ruh Dich aus. Vermeide starke Gerüche wie Parfüm oder Kochgerüche. Die Zähne nicht direkt nach dem Essen putzen, da dies zu Erbrechen führen
kann.

Sodbrennen
Kamille bietet eine echte Bereicherung für jede Hausapotheke und in vieler
Hinsicht ein gutes Hausmittel, da sie innerlich und äußerlich vielseitig
anwendbar ist. Im Einsatz gegen Sodbrennen machen wir uns ihre entzündungshemmende, wundheilende und krampflösende Eigenschaft zunutze. Im akuten Fall wirkt eine Tasse Kamillentee auf den Magen beruhigend und entspannend.

Bereits eine Tasse Tee zu, indem du einen Esslöffel echte Kamillenblüten mit 150 ml heißem Wasser übergießt. Lasse den Aufguss fünf bis zehn Minuten ziehen. Bei akuten Beschwerden trinke den Tee
schluckweise in Ruhe, wobei dieser nicht zu heiß sein sollte.
Schnelle Linderung durch Heilpflanzen
Nicht nur die Kamille kann bei Sodbrennen wertvolle Hilfe bieten.

Sind die Beschwerden auf einen Reizmagen zurückzuführen, kann ein Aufguss mit Melisse beruhigend wirken. Dieser sollte im besten Fall abends vor dem Zubettgehen bzw. bei akuten

Beschwerden oder Stress getrunken werden.

Sehr gut eignen sich ebenso Teemischungen bzw. Tees aus Schafgarbe, Fenchel, Anis und Kümmel.

Artischocke und Kartoffelsaft
Ein wirkungsvolles Hausmittel bei Völlegefühl und Sodbrennen ist die Artischocke, denn diese fördert den Prozess der Verdauung und wirkt
unterstützend auf Leber und Galle.

Der Saft roher Kartoffeln kann ebenfalls helfen, da dieser (vor dem Essen eingenommen) überschüssige Magensäure binden kann.



Blasenentzündung

Natürliche Hausmittel gegen Blasenentzündungen

Apfelessig bekämpft als einfaches Hausmittel Schmerzen beim Wasserlassen und dauernden Harndrang bei Blaseninfektionen.

Für dieses Hausmittel gibt man 2 Esslöffel Apfelessig auf 1 Glas Wasser und trinkt 2-mal pro Tag ein Glas von dieser Mischung, um den ständigen Harndrang von innen heraus zu stoppen.

Blasenentzündung Hausmittel: Backpulver
Backpulver wirkt auf das Säure-Basen-Gleichgewicht im Urin wodurch schädlichen Bakterien das Leben schwer gemacht wird. 1 Teelöffel Backpulver auf ein Glas Wasser wird zwei Mal pro Tag getrunken.

Altes Heilmittel bei Schmerzen und Brennen beim Wasserlassen: Wärme

Ein einfaches Hausmittel bei einer schmerzhaften Blasenentzündung ist die Anwendung von Wärme auf dem Unterbauch,

um die Heilung zu unterstützen.

Ein Kirschkernkissen, eine warme Kompresse oder die klassische Wärmflasche können die Schmerzen lindern.

Trinken gegen Blaseninfektionen
Viel trinken hilft gegen eine Infektion der Harnwege.
2 – 3 Liter Flüssigkeit pro Tag sind zu empfehlen.
Der Urin wird durch die große Menge Flüssigkeit weniger konzentriert und die Bakterien werden aus dem System gespült.

Herpes

Diese Haumittel gegen Herpes können Bläschen schneller abklingen lassen oder verhindern, dass sie sich weiter ausbreiten: Sobald du das erste Kribbeln und Spannen an deiner Lippe spürst, kannst du die Stelle mit Eis kühlen. Die Kälte erschwert den Viren die weitere Vermehrung. Sollte der Herpes schon ausgebrochen sein, hilft Eis allerdings nicht mehr.

Wichtig: Lege das Eis nie direkt auf deine Lippe, sondern wickle es in ein Küchentuch ein. So verhinderst du, dass deine Haut geschädigt wird.
Tupfe ein wenig Honig auf die offenen Stellen. Honig tötet Bakterien und Viren ab und kann so eine Verschlimmerung vermeiden.

Knoblauch wird eine antivirale und desinfizierende Wirkung nachgesagt, weshalb er sich gut gegen Herpes eignet. Einfach eine Zehe klein hacken oder pressen und auf die offenen Bläschen reiben.
Schwarzen und grünen Tee wird ein heilungsfördernder Effekt nachgesagt.

Einfach einen Teebeutel Deiner Wahl mit heißem Wasser übergießen, abkühlen lassen und auf die betroffene Stelle drücken.



Schnittwunden

Knoblauch: Die weiße Knolle wirkt antibakteriell und beugt Infektionen vor.
Den Knoblauch vorsichtig auf die Haut auftragen, denn er könnte zu Reizungen führen. Lasse ihn nicht länger als 20 Minuten auf der Wunde
wirken. Wenn dieses Hausmittel zur Wundheilung brennt, entferne es umgehend.

Eine weitere Möglichkeit: Lasse drei geschälte Knoblauchzehen zwei Stunden in einem Glas Wein ziehen. Danach auf die trockene und saubere
Wunde auftragen. Wiederhole diese Behandlung zweimal täglich.

Honig: Honig wirkt antibiotisch und fördert die Wundheilung. du kannst ihn einfach auf die desinfizierte und trockene Wunde auftragen und dann
mit einem sterilen Verband abdecken.

Weißer Essig: Gib einen Löffel weißen Essig in einen Liter Wasser. Damit reinigst du nun gründlich die Kruste deiner Wunde, um

Bakterien zu
eliminieren. Nicht erschrecken, die Behandlung kann ein wenig brennen.

Zwiebel: Die Zwiebel wirkt ähnlich wie Knoblauch, reizt jedoch die Haut nicht. Vermenge eine halbe geschnittene Zwiebel mit einem oder zwei Löffeln Bienenhonig. Trage diese Mischung auf die Wunde auf und lasse sie mindestens eine Stunde wirken. Wiederhole die Anwendung dreimal täglich, bis die Wunde geschlossen ist.

Leichte Verbrennungen
Leichte Verbrennungen sind solche, die nur die oberen Hautschichten schädigen, wodurch die Stelle rot und schmerzhaft wird.

Kaltes Wasser
Die Ausbreitung einer leichten Verbrennung lässt sich innerhalb weniger
Sekunden nach der Verbrennung durchfließendes Kaltwasser über den Brandbereich verhindern.

du kannst auch eine kalte Kompresse auf die betroffene Stelle legen. Die Kompresse sollte alle paar Stunden wiederholt werden, um die Beschwerden zu lindern. Verwende kein Eis, da es die Durchblutung beeinträchtigen kann, was zu Schäden am Empfindlichen Gewebe führen kann.



Rohe Kartoffel
Rohe Kartoffeln können aufgrund ihrer reizlindernden und beruhigenden Eigenschaften leichte Hautverbrennungen behandeln. Sie lindern die Schmerzen und reduzieren die Wahrscheinlichkeit von Blasen.

Schneide einfach eine Scheibe rohe Kartoffel und massiere sie auf die Verbrennung, wobei darauf zu achten ist, dass der Saft der Kartoffel über die
Fläche fließt.
Eine weitere Möglichkeit besteht darin, eine rohe Kartoffel zu reiben und sie etwa 15 Minuten lang auf die betroffene Stelle

aufzutragen.

Honig

Dank seiner antibakteriellen und entzündungshemmenden Eigenschaften kann Honig Wunden effektiv desinfizieren und Verbrennungen lindern. Er reduziert auch die Wahrscheinlichkeit, Narbe Bläschen zu entwickeln.

1. Honig auf eine Steriles Stück Mull streichen und direkt auf die Verbrennung legen.

2.Wechsel die Bandage drei- bis viermal täglich.

Schwarzer Tee

Die Gerbsäure im schwarzen Tee kann helfen, Wärme aus einer Verbrennung zu entziehen und so Schmerzen zu lindern. Drei Teebeutel in einem mit warmem Wasser gefüllten Krug einige Minuten
langziehen lassen. Die Lösung abkühlen lassen und dann ein sauberes Tuch darin einweichen und auf die betroffene Stelle legen. Bei Bedarf erneut auftragen.

du kannst auch kalte, nasse Teebeutel direkt auf die Verbrennung legen.

Essig

Die adstringierenden und antiseptischen Eigenschaften von Essig können bei der

Behandlung von leichten Verbrennungen und der Vorbeugung von Infektionen sehr hilfreich sein.
1.Verdünne weißen Essig oder Apfelessig mit der gleichen Menge Wasser.
2.Verwende die Lösung, um die verbrannte Stelle zu spülen.
3.Bedecke die verletzte Stelle später mit einem mit verdünntem Essig getränkten Tuch.
4.Das Tuch alle zwei bis drei Stunden durch ein neues ersetzen.

Zwiebelsaft
Zwiebelsaft enthält Komponenten wie Schwefelverbindungen und Quercin,
die Schmerzen lindern, die Verbrennung heilen und die Gefahr von Blasenbildung verringern können.
1.Eine frische Zwiebel schneiden und den Saft auf die
Verbrennung auftragen. Verwende nur frisch geschnittene Zwiebeln, da Zwiebeln nach wenigen Minuten ihre medizinischen Eigenschaften verlieren.
2.Wiederhole den Vorgang mehrmals täglich.

Zusätzliche Tipps
Du kannst auch etwas weiße Zahnpasta auf die betroffene Stelle auftragen. Vermeide es, Öl, Butter, Vaseline oder Eiweiß auf eine Verbrennung
aufzutragen, da es die Hitze einfangen kann, anstatt sie herauszunehmen. Rohes Eiweiß kann auch Bakterien enthalten.
Es wird angenommen, dass die Anwendung von Eis
Erleichterung bringen kann, aber es wird normalerweise nicht empfohlen,
da es dazu neigt, den Heilungsprozess zu verlangsamen.
Wenn die Wunde Blasen entwickelt, dann solltest du die Blasen nicht zum Platzen bringen, da dies das Infektionsrisiko erhöhen kann.
Verwende keine Klebekompressen auf der Wunde.
Diese Mittel sind nur für leichte und frühzeitige Verbrennungen geeignet.
Bei schweren Verbrennungen musst du einen Arzt zur medizinischen Behandlung aufsuchen.

Trollis Abschlusswort

So, das war unser Haushaltsalmanach!

Ich hoffe, ihr habt viele nützliche Hausmittel, alte Tricks und bewährte Rezepte entdeckt, die euch im Alltag helfen.

Denkt dran: Die Natur hält für fast jedes Wehwehchen eine sanfte und wirkungsvolle Lösung bereit – oft näher, als man denkt, nämlich direkt in eurer Küche!

Lust auf noch mehr altes Wissen?

Dann schaut bei unserem großen Bruder vorbei:

„Alte Weisheit – Moderne Gesundheit“

mit vielen weiteren Heilpflanzen, Rezepten und Hintergründen zur natürlichen Gesundheit.



Jetzt auf Amazon entdecken (ASIN: B0D3C9X4H1)

Bleibt gesund, neugierig und naturnah!

Euer Trolli