



ULRIKE OSCHMANN

HEILPRAKTIKERIN

AUFLAGE BEI AKNE UND HAUTUNREINHEITEN

Heilerdeanwendung

MATERIAL:

Luvos Heilerde äußerlich

Schüssel

Löffel oder Spatel

Wasser oder Calendulaessenz, z.B. von WALA (nach Packungsanweisung verdünnt)

etwas Öl

Mullkomresse oder Stofftaschentuch

- Heilerde mit etwas! Wasser zu einem Brei verrühren
- Einige Tropfen Öl dazugeben, da der Brei sonst beim Trocknen die Haut austrocknet
- Etwa messerrückendick direkt auf die Haut auftragen
- Mit Mullkomresse abdecken
- Die Paste kann auch auf ein Zwischentuch gestrichen und nach Auflage auf die Haut mit einem Außentuch abgedeckt werden.

Die Auflage wird auf der Haut belassen bis die Paste getrocknet ist und abbröckelt.

Dann wird sie mit lauwarmem Wasser abgewaschen.

Bei Spannungsgefühl im Gesicht wird sie schon vorher entfernt.

Bei akuten Beschwerden kann die Komresse 1 x täglich, bei chronischen Beschwerden kann sie 2-3 x wöchentlich angewendet werden.

Die Heilerde-Auflage wirkt auch wohltuend bei Ekzemen, Insektenstichen oder Furunkeln.

**NICHT
ANWENDEN
BEI OFFENEN
WUNDEN!**

PRAXIS FÜR NATURHEILKUNDE & DARMGESUNDHEIT

Phytotherapie | Spagyrik | Darmgesundheit