

Naturheilpraxis für **Alter Markt 7a**
klassische Homöopathie 40625 Düsseldorf
Gabriele Strelau 0211 / 68 26 59
Heilpraktikerin 0151 / 25 95 50 92

gabriele@naturheilkunde-strelau.de
<https://homöopathiepro.de/>
<https://naturheilkunde-strelau.de/>
<https://www.facebook.com/GlobuliGerresheim/>

Infektophylaxe Ölziehen

Ist man jetzt unterwegs, sieht man sie schon, die, die trotz Erkältung noch unter die Leute gehen und manchmal lässt es sich ja auch nicht vermeiden, wenn die äußeren Umstände es erzwingen. Leider steckt man sich dann manchmal an und leidet dann selbst. Besser ist es, dafür zu sorgen, dass man gar nicht erst krank wird. Dafür gibt es prophylaktische Maßnahmen, wie z.B. die folgenden:

Öl-Ziehen

Morgens direkt nach dem Aufstehen nehmen Sie anfangs zu Übungszwecken 1 Teelöffel, später 1 Esslöffel Oliven-, Lein- oder Kokosöl (soll die Zähne aufhellen) oder ein anderes gutes Öl, das Ihnen schmeckt, in den Mund. Sie beginnen dann das Öl immer wieder durch die Zähne zu ziehen und den ganzen Mund zu spülen. Es entsteht eine Öl-Speichel-Emulsion, welche die Mundhöhle optimal reinigt. Nach ca. 5 Minuten spucken Sie das Öl in eine mit einem Papiertuch ausgelegten Schale (spucken Sie es nicht in den Ausguß oder die Toilette, da sich diese nach und nach zusetzen würden). Anschließend spülen Sie den Mund gut mit warmem Wasser aus. Wenn Sie das jeden Morgen machen, werden Sie feststellen, daß Sie deutlich weniger krank werden als in der Vergangenheit und ihre Zähne glatter werden, ihr Zahnfleisch gesünder. Achtung: Sie sollten das in Ruhe machen und nicht abgelenkt werden können, damit Sie das Öl nicht aus Versehen schlucken. Es enthält doch so einige Stoffe, die Ihrem Körper nicht zuträglich sind.

Naturheilmittel

Viele Menschen greifen auf bewährte Naturheilmittel zurück, manche auf Tees, Pflanzenextrakte, Komplexmittel oder Ähnliches.

Bitte beachten Sie dabei: wenn Sie sich in einer klassisch homöopathischen Behandlung befinden, können diese Mittel sich auch störend auf den Heilverlauf Ihrer chronischen Erkrankung auswirken. Schon Hahnemann erkannte, dass die Behandlung einer akuten Krankheit, eine Verschlimmerung einer chronischen Krankheit nach sich ziehen kann. Homöopathie heißt „ähnliches Leiden“, d.h. ein Leiden kann immer nur mit einem ähnlichen homöopathischen Mittel behandelt werden. Als klassische Homöopathin, kann ich beurteilen, ob und wie Ihr gerade stattfindender Infekt mit einem homöopathischen Arzneimittel behandelt werden kann und wie wir dann zur Behandlung Ihrer chronischen Krankheit zurückkehren können, ohne dass sie sich verschlimmert oder wieder aufblüht. Zu häufige Infektionen nacheinander stellen laut dem Verständnis der klassischen Homöopathie schon eine chronische Krankheit dar. Durch eine Tiefenbehandlung sollten Infekte in Zukunft dann seltener werden und leichter verlaufen.