



Hausmittel-Tipp vom Samerberg: heute zum Sonnenbrand

Beitrag

Gesundheit ist ein hohes, wenn nicht gar das höchste Gut der Menschen. Aus diesem Grunde wird darauf besonders intensiv geachtet. Um auf seine eigene Gesundheit gut und einfach aufpassen zu können, gibt es oft ganz einfache Regeln und Tipps, die es zu beachten lohnt.

In einer losen Folge wollen wir diese Hausmittel Tipps von der am Samerberg lebenden und wirkenden Heilpraktikerin Sabine Schöpf-Wagner veröffentlichen, das folgende hört sich immer noch so an als hätte ich nur fünf Jahre klassische Homöopathie gemacht: -\sie hat bei ihrer Ausbildung auf den Gebieten der klassischen Homöopathie in fünf Jahren viele Erfahrungen gesammelt, die sie gerne weitergibt. Seit 2006 ist sie selbstständige Heilpraktikerin, zuerst in Neubeuern-Winkl im Heilzentrum Scheller und seit 2010 auf dem Samerberg mit inzwischen vielen weiteren naturheilkundlichen Fort- und Weiterbildungen.

Anfangen wollen wir mit Hinweisen zur Vermeidung von Sonnenbrand bzw. zur Behandlung desselben. „Vorbeugen ist immer das Wichtigste!“ – gemäß diesem Grundsatz bittet Sabine Schöpf-Wagner zu beachten, dass Kinder nie unbedeckt der Sonne ausgesetzt sein sollen und wenn doch, sollen sie guten Sonnenschutz immer auf der kühlen Haut auftragen. Wenn es aber doch zu einer Überdosis Sonne und zur Verbrennung der Haut kommt, dann gibt es in der Homöopathie und in verschiedenen Naturkundlichen Bereichen unter anderem mit Belladonna, Pulsatilla und Cantharis gut geeignete Mittel. „Ein Eisbeutel zum Beispiel soll nicht direkt auf die Haut aufgelegt werden, sondern zwischen Haut und Eisbeutel soll noch ein (Geschirr)-Tuch liegen“ – sagt die Heilpraktikerin, die gleich einen weiteren Tipp hat: „Gut zu empfehlen ist auch die Pflanze Aloe Vera mit ihren Blättern in denen sich eine gelige Substanz befindet, weniger gut und deswegen abraten würde ich von Essig, Zitrone, Kartoffel & Co“ – so Sabine Schöpf-Wagner und ergänzt dies mit folgender Empfehlung: „Wirksam ist Johanneskrautöl eventuell gemischt mit Olivenöl oder Mandelöl, dabei aber gilt es zu beachten, dass nach der Anwendung die pralle Sonne für 48 Stunden gemieden werden sollte“. Und als letzten Hinweis sagt Sabine Schöpf-Wagner: „Bei starken Verbrennungen ist unbedingt ein Arzt-Besuch notwendig“.

Foto: Doro Kriewald – Sabine Schöpf-Wagner, Heilpraktikerin vom Samerberg

BIKE SALE  **bikePARH**
SAMDENBERG



1.490 EURO
STATT 2.600 EURO

SOLO A50

Kategorie

1. Allgemein

Schlagworte

1. Chiemgau
2. Samerberg