



Die Naturheilkunde
Hausapotheke

FÜR BABYS & KINDER

ISABEL HENSELER

Die Naturheilkunde Hausapotheke

Einleitung:

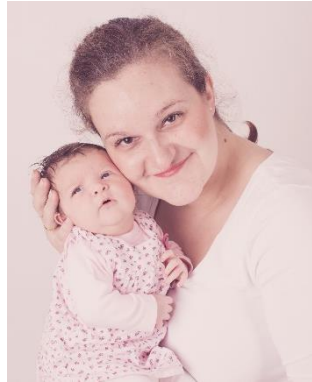
In diesem E-Book zeige ich dir, welche naturheilkundlichen Präparate ich immer zu Hause habe und wofür ich sie nutze und wie sie wirken. Diese Präparate kannst Du dir in deiner Apotheke mischen lassen, bei der Zieten Apotheke Berlin oder bei der Bahnhofsapotheke Kempen online bestellen. Ich verdiene nichts an diesen Empfehlungen, teile hier einfach gerne meine Erfahrungen. Ich wünsche dir viel Freude mit den Tipps für deine naturheilkundliche Hausapotheke.

Wichtiger Hinweis:

Alle in diesem Buch erhältlichen Informationen wurden nach meinem besten Wissen aufgeschrieben. Ich habe alles selbst in der Praxis angewendet. Ich habe mich bemüht alles auf dem aktuellsten wissenschaftlichen Stand zu prüfen und hier weiterzugeben. Dieses Buch ersetzt keine Ärztliche oder Heilpraktiker Konsultation. Ich übernehme keinerlei Haftung für Schäden oder Folgen, die sich aus Gebrauch oder Missbrauch der hier veröffentlichten Inhalte ergeben. Mein Ansatz ist lediglich Tipps an die Hand zu geben und Eltern handlungsfähig zu machen, ihre Kinder durch die Krankheit zu begleiten. Jeder Nutzer ist selbst verantwortlich Nutzen und Risiken abzuwägen und ggf. ärztlichen Rat hinzuzuziehen.

Über mich:

Ich bin Mama von zwei Kindern und auf Kindernaturheilkunde spezialisierte Kinderkrankenschwester. In meinen über 12 Jahren Berufserfahrung habe ich mir viel Wissen angeeignet und habe beständig Weiterbildungen besucht. Die gängige Schulmedizin war da



immer im Vordergrund. Seitdem ich eigene Kinder habe bin ich immer auf der Suche nach natürlichen und ganzheitlichen Wegen um meine Kinder in Krankheiten zu begleiten. Dazu habe ich sämtliche Fachbücher über Kindernaturheilkunde durchgelesen und selber eine Weiterbildung in der Kindernaturheilkunde absolviert. Dieses angeeignete Wissen möchte ich gerne mit Eltern teilen.

Als gelernte Kinderkrankenschwester weiß ich, wo meine Grenzen sind und wann ich einen Arzt konsultieren muss. Wir Mütter und Familien haben so viele Möglichkeiten auf natürliche Art und Weise uns und unseren Kindern Gesundheit zu schenken und es ist nicht notwendig wegen allen gesundheitlichen Problemen gleich den Arzt aufzusuchen. Ärzte sind gut und wichtig, wenn es um schwerwiegende Erkrankungen geht. Jedoch hat die Natur uns so viele wertvolle Schätze geschenkt um natürlich gesund zu sein, zu bleiben oder zu werden.

Meine Vision ist es, den Familien das Vertrauen in die Natur zurückzugeben. Ich möchte Eltern begleiten wieder die volle Verantwortung für die Gesundheit ihrer Kinder zu übernehmen und ihre Kompetenzen stärken. Durch meine Arbeit möchte ich die Welt ein Stück besser machen und der natürlichen Gesundheit mehr Beachtung und Bedeutung für unsere Familien schenken.

Komm mit und lass uns die Schätze der Natur für unsere Familiengesundheit entdecken. Werde du der Experte für die Gesundheit deiner Kinder! Ich begleite dich gerne dabei! Ich wünsche dir viel Freude beim Lesen. Solltest Du Fragen haben, kannst Du mich gerne jederzeit über meine Homepage <https://www.naturgesund.family/> oder per Email (info@naturgesund.family) kontaktieren.

Eure Isabel

Deine Naturheilkunde-Hausapotheke für deine Kinder:

Im Folgenden nenne ich jeweils das Präparat dazu das Einsatzgebiet und die Wirkweise und in welchem Alter es angewendet werden kann.

Kirschkernkissen/ Traubenkernkissen:

Diese Kissen habe ich immer zu Hause, denn sie helfen, wenn man sie erwärmt bei Bauchschmerzen und Blähungen und können schon bei kleinen Babys genutzt werden. Die Wärme entspannt den Bauch und ein entspannter Bauch tut weniger weh. ACHTUNG: Bitte achte immer auf die Temperatur, damit dein Kind sich keine Verbrennungen zuzieht!

Fenchel-Kümmel-Öl/ Windsalbe/ Vier Winde Öl:

Dieses Öl/Salbe eignet sich wunderbar für eine Bauchmassage bei Bauchschmerzen oder Blähungen und kann bereits bei Babys angewendet werden. Dazu massiere den Bauch deines Kindes im Uhrzeigersinn. Fenchel und Kümmel wirken verdauungsfördernd, krampflösend und beruhigend.

Ringelblumensalbe:

Zugegeben es ist meine Lieblingssalbe, da sie wunderbar bei wunden Po hilft und auch bei trockener Haut wertvoll pflegt. Im Winter eignet sie sich hervorragend als Kälteschutzsalbe und sie kann bereits ab dem Säuglingsalter angewendet werden. Die ätherischen Öle

der Ringelblume wirken entzündungshemmend und fördern die Wundheilung. Außerdem hat man in Studien herausgefunden, dass die Ringelblume viren- und pilztötend, antimikrobiell und das Immunsystem regulierend wirken kann.

Rose-Teebaum-Hydrolat/ Rosenhydrolat:

Eignet sich zur Unterstützung der Wundheilung bei wundem Po (Dermatitis) oder auch bei Soor (Pilz). Dazu wird das Spray mehrmals täglich auf die betroffenen Hautstellen gesprüht. Das Hydrolat ist ein sanftes Pflanzenwasser und kann schon bei Babys verwendet werden. Die ätherischen Öle der Rose wirken entzündungshemmend, abschwellend, krampflösend und kräftigend. Das Teebaumöl ist wirksam gegen Bakterien, Viren und Pilze.

Zahnungsöl:

Dieses fertiggemischte Öl hilft Babys bei Zahnungsbeschwerden. Dazu wird es Sanft von außen auf die Wangen massiert. Das Zahnöl enthält Kamille, Lavendel, Nelken, Johanniskraut und Nachtkerzenöl. In der Kombination wirkt es schmerzlindernd und entzündungshemmend und hilft Babys beim Zahnungsschmerz.

Osa Pflanzen-Zahngel:

Dieses Gel hat meine Kinder gut durch die Zahnungszeit begleitet. Es ist ein Gel aus folgenden Heilkräutern: Kamille, Nelken, Salbei, Pfefferminze und Propolis. Es ist zuckerfrei und zahnschonend und enthält keine Betäubungsmittel wie andere Zahnungsgele. Du kannst

es deinem Baby 3mal täglich geben. In der Kombination wirkt es schmerzlindernd und entzündungshemmend und hilft Babys beim Zahnungsschmerz.

Thymian-Myrte-Balsam/Bronchialbalsam/ Transpulmin:

Dieser Balsam ist ein Muss in allen Haushalten. Anzuwenden bei Erkältungen und Erkrankungen der Atemwege und Husten. Den Balsam nach Bedarf auf die Brust und den Rücken einreiben. Kann bereits bei Babys verwendet werden. Thymian wirkt: antibakteriellen, antibiotischen und schleimlösenden. Myrte wirkt: entkrampfend, löst den Schleim, hemmt Entzündungen und antibakteriell.

Thymian-Myrte-Bad:

Ein Badesalz mit den ätherischen Ölen des Thymians und der Myrte. Hilft bei Erkältung und kann auch bei Babys schon angewendet werden. Thymian wirkt: antibakteriellen, antibiotischen und schleimlösenden. Myrte wirkt: entkrampfend, löst den Schleim, hemmt Entzündungen und antibakteriell.

Engelwurz Balsam/Engelwurzsalbe:

Dieser Balsam aus der Angelikawurzel hilft bei Schnupfen und verlegter Nasenatmung. Es ist bereits für Babys geeignet und wird dünn auf die Nasenflügel aufgetragen. Um die Wirkung zu verstärken, kann die Salbe auch auf die Fußsohlen aufgetragen werden (Prinzip der Fuß Zonen). Die ätherischen Öle der Engelwurz

(Angelikawurzel) wirken: schleimlösend, wundheilend und antiseptisch.

Raubaukenöl:

Dieses Öl wird bei Beulen, Prellungen, Blutergüssen, Quetschungen und Zerrungen angewendet. Die betroffene Stelle wird mit dem Öl 1-2 mal täglich eingerieben. Das Öl hat eine schmerzlindernde und heilende Wirkung.

Alternativ dazu gibt es einen **Nurofen® Junior Kühlstick**. Der hat meinen Kindern gute Dienste bei Beulen jeder Art geleistet. Der Nurofen® Junior Kühlstick für Kinder ab 18 Monaten geeignet. Enthält Extrakte aus Arnika und Ringelblume und wirkt daher schmerzlindernd bei leichten Prellungen, aber auch bei Insektenstichen kann es den Juckreiz mildern.

Wirkt bei Insektenstichen kühlend dem Juckreiz entgegen

Heilwolle:

Heilwolle ist die ungewaschene Wolle vom Schaf, Besonderheit ist, dass das Wollfett daran ist welches eine heilende Wirkung hat. Lanolin (Wollfett) Hilft bei wunder Haut. Sehr gut bei wundem Po- aber Achtung bitte nicht auf offene Hautstellen geben, da die feinen Härchen sonst zu weiteren Reizungen in der offenen Wunde sorgen können. Die Heilwolle darf bei uns nie fehlen.

Bienenwachswickel:

Helfen bei Husten und Erkältung. Kann auch die Brust gelegt werden und schon für Babys geeignet. Sie wirken: heilend, schleimlösend und reizmildernd.

Zwiebeln sollten immer im Haus sein, denn besonders bei Erkältung und Husten sind sie sehr wirksam. Die ätherischen Öle der Zwiebel befreien die Atemwege. Wenn dein Baby und Kleinkind erkältet ist, kannst du eine geschnittene Zwiebel neben das Bett stellen. Außerdem kannst du mit Zwiebeln einen wunderbaren Hustensaft selber herstellen.

Impressum

Die Inhalte dieses E-Books wurden mit größter Sorgfalt und nach bestem Wissen vom Autor erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann jedoch nicht übernommen werden. Ebenso ist die Haftung des Verfassers für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.

1. Edition 2018

Text: Isabel Henseler

Covergestaltung: Isabel Henseler

Coverbild: Canva – www.canva.com

Layout: Isabel Henseler

Korrekturat: Dominik Henseler

Copyright © 2018 Isabel Henseler,

www.naturgesund.family

Alle Rechte vorbehalten.