

Bewährte Mischungen und Rezepte

Ätherische Öle

Wundheilend – Hautregenerierend - Post-OP – Narbenbehandlung

Basis: 40 g Sheabutter, 5 g Kakaobutter, 10 ml Calophyllumöl (fettend)
(Shea + Kakao am Herd langsam schmelzen, Calophyllum dazu)
oder Basis: 50 g/ml Rescue Gel/Spray

3 Tr. Teebaum
2 Tr. Lavendel
1 Tr. Geranie
1 Tr. Weihrauch
1 Tr. Immortelle
2 Tr. Cistrose

Das betroffene Hautareal damit SANFT betupfen

Erste Hilfe bei blutenden kleinen Verletzungen

Basis: 50 ml Hydrolat nach Wahl oder
Basis 50 ml/g Bachblüten Rescue-Spray/Gel

2 Tr. Teebaum
2 Tr. Manuka
2 Tr. Lavendel
1 Tr. Zypresse
3 Tr. Cistrose
ca. 5-10 Tr. Bachblüte Crab Apple

Punktuell auf die Haut auftragen

Erkältung – Atemwegsprobleme

Basis: 50 g/ml Gelbasis oder Schwarzkümmelöl (fettet!)

2 Tr. Silbertanne/Weißtanne
2 Tr. Cajeput
2 Tr. Eukalyptus radiata(!)
2 Tr. Thymian Ct. Linalool
2 Tr. Atlas Zeder

Hals und Brust damit „einstreichen“ – mit & gegen den Fellwuchs
Die gleiche Mischung (ohne Basis) als Feucht/Trockeninhalation bei Erkältung und Schnupfen

Verspannungen – Muskelschmerzen

Basis: 50 ml Gelbasis oder Johanniskrautöl (fettet!) oder Bachblüten Rescue Gel

3 Tr. Mandarine rot

3 Tr. Lavendel

2 Tr. Majoran

1 Tr. Kamille römisch

1 Tr. Nelkenknospen

Ev. 5 – 10 Tr. Bachblüten Rescue Mischung

Die betroffenen Körperstellen damit „einstreichen“ oder massieren

Schock – Angst – Panik

Basis: 100 ml Rosenhydrolat, Melissenhydrolat oder Orangenblütenhydrolat
oder Bachblüten Rescue-Spray

2 Tr. Lavendel

3 Tr. Neroli

2 Tr. Rose türkisch

2 Tr. Tuberose

1 Tr. Melisse

ca. 10 Tr. Bachblüten Rock Rose, Mimulus oder Notfallmischung

Großzügig gegen den Strich auf Fell/Haut auftragen – Wiederholen

Oral: Notfallmischung als Globuli oder Stockbottle - Wiederholen

Insektenstiche – Juckreiz

Basis: 100 ml Pfefferminzwasser Cuvee oder Lavendelhydrolat oder Rosenhydrolat
oder Bachblüten Rescue Gel

5 Tr. Pfefferminze

5 Tr. Lavendel

5 Tr. Teebaum

5 Tr. Geranie

Großflächig oder Punktuell auf das betroffene Hautareal auftragen