

Durchführungsanleitung: Rosmarinöl-Salz-Einreibung

Besonderheiten

- Man kann die Wirkung des Öles verstärken durch Hinzufügen von jeweils einer Prise Steinsalz, welche vor der Einreibung auf dem Handteller je mit 5-10 Tropfen vermischt wird.

Material

- Rosmarinöl 10%
- Steinsalz
- Angewärmtes Duschtuch für die Füße
- Je ein Angewärmtes Handtuch für die Hände
- 2 Wärmflaschen

Durchführung der Anwendung

- Patient im Bett liegend
- Duschtuch unter beide Füße legen und von den Seiten her separat zudecken
- Je ein angewärmtes Handtuch unter die Hände und mit dem Handtuch zudecken
- Für jedes Glied eine kleine Menge Öl in den Handteller träufeln, eine Prise Salz dazu, etwas mischen.
- Hände und Füße mit der Mischung weich, warm und mit langsamen Bewegungen einreiben: rechte Hand - linke Hand - rechter Fuß - linker Fuß
- Jeweils das behandelte Glied sofort zudecken
- Patient zudecken
- Nachruhe von 30 Minuten einhalten

Beurteilungssicherheit

Bei vielen Patienten bewährt

Dosierung

1-2 x tgl.

Wirkungseintritt

Innerhalb der Nachruhe

Therapiedauer

Je nach Ausprägung der Symptomatik über mehrere Wochen