

Gesundheitstipp

Jedem sein Stück Heilwolle



Bei Heilwolle (auch Rohwolle) handelt es sich um sorgfältig gekämmte und schonend gewaschene Schafwolle. Durch die schonende Aufbereitung behält die Heilwolle, ihren natürlichen Gehalt an heilendem Lanolin (Wollfett).

Eigenschaften der Heilwolle

Heilwolle vermag durch ihre spezielle Faserstruktur die Haut derart zu reizen, dass die Durchblutung gefördert wird, so dass bei deren Anwendung die Körpertemperatur bis zu 6° gesteigert werden kann. Ebenso vermag Heilwolle viel Wasserdampf (auch Schweiß) aufzunehmen, ohne dass sie sich dabei feucht anfühlt.

Anwendungsgebiete

- immer wenn sanfte Wärme erwünscht ist; wärmt tief & sanft
- ideale Wärmeanwendung für Säuglinge & Kleinkinder
- Erkältungskrankheiten (auch vorbeugend) & Husten; beruhigend & krampflösend
- Gelenkbeschwerden & Nackenverspannungen
- Blasenentzündung; wärmend und krampflösend
- Als Einschlafhilfe; beruhigend & beschützend

Rohwollauflage So wird's gemacht:

1. Ein Stück Heilwolle (Dicke: 2-4cm) zurecht formen, so dass die Grösse auf die zu behandelnde Körperstelle passt
2. Heilwolle; möglichst direkt auf die Haut auflegen und bei Bedarf fixieren (Wickeltuch, Unterwäsche, Stulpen)
3. Heilwolle 1 Stunde bis mehrere Stunden oder über Nacht belassen

Pflegehinweise

- für jede Person ein separates Stück Wolle verwenden, weil Heilwolle auch Abfallstoffe zu binden vermag
- Heilwolle gut auslüften, die Heilwolle reinigt sich selbst, wenn sie ranzig riecht, kann sie in Seifenwasser eingelegt werden und anschliessend bei weniger als 35 ° ausgewaschen werden
- Ein Stück Heilwolle kann mehrmals verwendet werden, austauschen sobald die Wollfasern stark zusammenklumpen
- wenn die Heilwolle als kratzend empfunden wird oder bei Unverträglichkeitsreaktionen, kann sie in ein Seidentuch oder ein dünnes Baumwolltuch gegeben werden; Alternativ sind ebenfalls Heilwollekissen auf dem Markt