



Quarkhalswickel

Verwendung:

für Kinder ab 2 Jahren geeignet, wenn Ihr Kind mit Halsschmerzen, Heiserkeit, „dickem Hals“ und unangenehmen Geschmack im Mund im B, unterstützend bei Mandelentzündung möglich, bitte nicht bei fröstelnden oder friedenden Patienten

Wirkung:

abschwellend und schmerzlindernd

Herstellung:

Tragen Sie Quark auf das mittlere Drittel eines Leinentuches oder einer Stoffwindel auf (für kleine Kinder bitte maximal 5mm dick). Die Ränder des Tuches schlagen Sie über dem Quark zusammen, so dass auf einer Tuchseite nur eine Lage Stoff liegt. Erwärmen Sie den Wickel auf Zimmertemperatur (20°C bis 22°C). Legen Sie den Wickel mit der einlagigen Stoffseite vorn über den Hals, versuchen Sie dabei die Lymphknoten unterhalb des Unterkiefers mit einzubeziehen, lassen Sie jedoch hinten die Halswirbelsäule frei. Legen Sie ein dünnes Stofftuch über den Wickel, darauf nach Belieben Heilwolle und zum Schluß einen Schal zur Befestigung rund um den Hals (Achtung: Strangulationsgefahr für kleinere Kinder). Lassen Sie den Wickel ca. 1-3 Stunden liegen, bis der Quark eingetrocknet ist. Sollte die Haut unter dem Wickel erkalten, nehmen Sie den Wickel bitte ab.

Wärmeerzeugender Halswickel

Verwendung:

für Kinder ab 2 Jahre geeignet, bei schon länger bestehenden Halsschmerzen und nur, wenn heiße Getränke als angenehm empfunden werden

Herstellung:

Legen Sie ein Leinentuch oder eine Stoffwindel auf folgende Größe zusammen: 2x so breit wie der Hals des Kindes und lang wie der Abstand von Ohr zu Ohr. Tauchen Sie es in lauwarmes Wasser und wringen Sie es gut aus. Legen Sie es um den Hals, platzieren Sie ggf. noch Heilwolle darauf und nutzen Sie darüber zur Befestigung einen Woll- oder Seidenschal. Der Wickel kann eine halbe bis 1,5 Stunden liegen, die Anwendung sollte maximal 3x tgl. erfolgen.

Honigmilch

Verwendung: bei Husten, kann aber auch dem Hals Linderung bringen, erst ab dem 1. Geburtstag

Herstellung: Erhitzen Sie eine Tasse Milch auf eine angenehme Temperatur, geben Sie einen Teelöffel Honig hinzu und rühren Sie gut um. Je nach gewünschter Wirkung können unterschiedliche Honigarten verwendet werden (siehe Zwiebelsaft). Die warme Milch mit Honig kann besonders vor dem Schlafen gehen helfen, dass Ihr Kind in der ersten Nachthälfte nicht so viel husten muss.

Gute Besserung wünscht das Team der Kinder- und Jugendarztpraxis Lobstein!