

Bühring / Ell-Beiser / Girsch Heilpflanzen für Kinder

Leseprobe

[Heilpflanzen für Kinder](#)

von [Bühring / Ell-Beiser / Girsch](#)

Herausgeber: Ulmer Verlag Stuttgart



<http://www.narayana-verlag.de/b19947>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>



Offene Wunden

Auf den Baum oder die Leiter geklettert, Fußball oder Fangen gespielt, das neue Fahrrad ausprobiert - nicht immer geht der Bewegungsdrang unserer Kleinen gut aus. Offene Knie gehören zum Großwerden einfach dazu. Sicher erinnern auch Sie sich noch an die zahlreichen Pflaster, die im Laufe Ihrer Kindheit Ihre Knie und Ellenbogen zierten. Kinder, die sich bewegen, haben zwangsläufig mit der einen oder anderen Schramme zu tun. Tatsächlich ist das das kleinere Übel, denn mit dem Klettern, Toben und Sporttreiben schulen sie ihre motorischen Fähigkeiten und stärken ihr Körpergefühl. Enorm wichtig für das ganze weitere Leben!

Eine gut ausgestattete Hausapotheke, die über das reine Aufbewahren von Verbandszeug hinausgeht, ist hier von großem Vorteil > Seite 270. Mit ihrer Hilfe ist schon so manche kleinere und größere Wunde verarztet worden, ob bloße Abschürfung oder tiefe, offene Wunde.

In diesem Kapitel ist zunächst einmal nur von den offenen Wunden die Rede. Eine offene Wunde ist eine Verletzung des schützenden Deckgewebes unseres Körpers, sei es Haut oder Schleimhaut. Als offene Wunden gelten also sämtliche Riss-, Schnitt-, Stich- und Tierbisswunden, die „bis aufs Blut“ gehen.

URSACHEN

Offene Wunden entstehen gewöhnlich infolge einer Verletzung. Aber auch manche Hautkrankheiten oder Durchblutungsstörungen können eine Hautschädigung hervorrufen, aus der Blut austritt.



SYMPTOME

Mehr oder minder starke Blutung
Mögliche Komplikation: eine Infektion der Wunde mit Bakterien
Daraus kann sich als weitere Komplikation eine Blutvergiftung (Sepsis) entwickeln.

WANN ZUM ARZT?

Folgende Wunden sollten ärztlich untersucht werden:
Stark blutende Wunden
Platzwunden, die weit auseinander klaffen oder sich am Kopf oder im Gesichtsbereich befinden
Wenn sich kleine Splitter nicht aus der Wunde entfernen lassen
Wenn größere Teile oder Gegenstände in der Wunde festsitzen (nicht selbst versuchen, sie zu entfernen!)
Wenn es sich um eine Bisswunde von Mensch oder Tier handelt
Bei Unsicherheit
Wenn die Wunde nicht zuheilt, sondern sich entzündet (Merkmale: klopfende Schmerzen, bläuliches Aussehen, roter Strich, der von der Verletzung in Richtung Herz zieht)

THERAPIE

Wunden sollten zuallererst gereinigt werden. Hierfür eignet sich ganz normales Leitungswasser. Oberflächliche und leicht zugängliche Auflagerungen wie Scherben oder Steinchen entfernen Sie am besten vorsichtig mit einer Pinzette. Anschließend wird die Wunde mit einem handelsüblichen Desinfektionsmittel behandelt und mit einem Pflaster versorgt. Beginnen Sie erst, wenn die Hautverletzung wieder geschlossen ist, mit der Nachbehandlung durch Cremes und Salben, sonst besteht Infektionsgefahr. Eintrocknete Verletzungen können Sie mit Cremes oder Salben aufweichen.

Heilpflanzen

Von den Überlieferungen durch unsere Großeltern wissen wir vieles über die wundheilende Kraft von Heilpflanzen. Als im Zweiten Weltkrieg die Antibiotika zur Neige gingen, besann man sich auch auf Heilpflanzen zur Behandlung infizierter Wunden.

Die Wundheilung unterstützend und antibakteriell:
Ringelblume und Kamille
Blutstillend: Hirtentäschel

Ringelblumensalbe

Verwenden Sie zur Herstellung der Salbe am besten frische Ringelblumenblüten aus dem Garten, und zwar die im Ganzen abgeschnittenen Blütenköpfchen. Diese enthalten nämlich deutlich mehr Inhaltsstoffe als die getrockneten gelben Zungenblüten > Seite 249, die Sie in der Apotheke kaufen können, die wirksamen Substanzen sitzen nämlich mehr im zentralen Blütenkörbchen als in den abgezapften gelben oder orangen Blütenblättern. Wer allerdings unter einer Allergie gegen Korbblütler leidet, sollte ausschließlich die Blütenblätter verwenden, da sich im grünen „Körbchen“ auch allergieauslösende Stoffe finden.

Für ca. 100 ml Salbe:

- 10 g getrocknete oder 20 g frische Ringelblumenblüten oder ganze Blütenköpfchen
- 100 ml Sesam- oder Olivenöl (Bioladen)
- 10 g ungebleichtes Bienenwachs (als Plättchen in der Apotheke erhältlich)
- Salbendöschen (aus der Apotheke)

Geben Sie die Blüten bzw. Blütenköpfchen in das Öl und erwärmen Sie das Ganze in einem Wasserbad ganz sanft, bis es etwa 40 °C erreicht hat. Auf dieser Temperatur halten Sie den Ansatz etwa 30 Minuten lang, wobei Sie immer wieder umrühren. Dabei zieht das Öl die Wirkstoffe aus den Blüten heraus.

Gießen Sie das nun gelb gefärbte Öl durch ein mit Küchentrepp ausgelegtes Sieb in ein anderes Gefäß ab. Dieses stellen Sie wieder ins Wasserbad zurück und geben nun das Bienenwachs dazu. Nochmals leicht erwärmen. Sobald sich das Wachs aufgelöst hat, gut umrühren und in das mit heißem Wasser ausgespülte Salbendöschen gießen. Abkühlen lassen, verschließen und Herstellungsdatum darauf notieren.,

Die selbst gemachte Salbe hält sich im Kühlschrank aufbewahrt ungefähr 1 Jahr.

Für die Eltern

Schnelle Hilfe bei spröden Händen

Leiden Sie ab und zu unter spröden, rissigen Händen? Dann ist folgender Tipp für Sie hilfreich:

Reiben Sie vor dem Zubettgehen die betroffenen Stellen oder die ganzen Hände dick mit Ringelblumensalbe ein und ziehen Sie ein Paar dünne Baumwollhandschuhe (Drogeriemarkt) drüber. Lassen Sie die Handschuhe über Nacht an. Am nächsten Tag sind Ihre Hände spürbar weicher, streichelzart sozusagen.



Salbe aus Ringelblumen aus Ihrem Garten ist ganz einfach hergestellt. Bestimmt helfen Ihre Kinder gerne dabei.

Ringelblumentinktur

Die Ringelblume oder Calendula, wie sie nach ihrem botanischen Namen oft genannt wird, ist die große Heilpflanze in der Wundheilung. Mit ihrer wundreinigenden und antibakteriellen Wirkung gehört sie unbedingt in jede Hausapotheke. Wunden jeder Art, besonders aber auch schlecht heilende Wunden lassen sich gut mit Ringelblume behandeln. Verschmutzte Wunden werden mit verdünnter Ringelblumentinktur gereinigt.

Da es bei solchen Einsätzen meistens schnell gehen muss, empfehlen wir, Ringelblumentinktur in der Apotheke zu kaufen und in der Hausapotheke im Vorrat zu haben. Natürlich können Sie sie aber auch selber machen > [Ausführliches Rezept auf Seite 250](#).

- Ringelblumentinktur (aus der Apotheke oder selbst gemacht)
- Sauberes Schälchen oder Fläschchen
- Sterile Wundkomresse

Verdünnen Sie die Tinktur in einem sauberen Gefäß im Verhältnis 1:10 mit Leitungswasser und träufeln Sie ein wenig davon auf eine sterile Wundkomresse auf oder tauchen Sie die Komresse zu einem Teil in die Lösung ein. Tupfen Sie damit dann vorsichtig die Wunde ab.

Ist die Wunde bereits verschlossen, aber noch nicht verheilt, können Sie Ringelblumensalbe (aus der Apotheke oder selbst gemacht > [links](#)) auf die Wundränder auftragen.

Kamillen-Wundauflage

Manche Wunden brauchen etwas länger zum Abheilen. Das ist dann ein Fall für Frau Dr. Kamille. Eine feuchte Wundauflage mit Kamillentee unterstützt die Wundheilung. Benutzen Sie hierfür am besten sterile Mullkompressen.

- Kamillenblüten
- Kamillenextrakt (z. B. Kamillosan, Kamillopur)
- sterile Mullkompressen (Apotheke)

1 EL Kamillenblüten mit 1 Tasse (150 ml) kochendem Wasser übergießen und zugedeckt 5-10 Minuten ziehen lassen. Abgießen und zur Verbesserung der Wirkung mit 5-10 ml Kamillenextrakt (z. B. Kamillosan, Kamillopur) anreichern.

Eine Mullkomresse mit dem Tee tränken, leicht ausdrücken und die Auflage auf die Wunde legen. Sobald die Auflage

trocken und warm wird, also nach rund 10-20 Minuten, wird sie erneuert. Das Ganze über 1-2 Stunden hinweg und jeweils morgens, mittags und abends wiederholen. Bitte bereiten Sie den Tee jedes Mal frisch zu und verwenden Sie für jede Auflage frische Mullkompressen.

Wenn Sie dann beobachten, dass die Wunde nicht mehr nässt, reicht es, morgens und abends eine Kamillensalbe (z. B. Kamillosan) vorsichtig auf die Wundränder aufzutragen.

Stopp dem Nasenbluten!

5-10 Prozent aller Kinder leiden mehrmals im Jahr darunter. Am häufigsten tritt es zwischen dem 2. und 10. Lebensjahr auf. In den meisten Fällen handelt es sich aber um ein unkompliziertes Nasenbluten, das plötzlich beginnt und nach 10-15 Minuten von selber aufhört. Grund dafür ist gewöhnlich ein verletztes Gefäß aus dem vorderen Teil der Nasenschleimhaut.

Hirtentäschelkraut kann hier schnelle Hilfe bringen. Als pflanzliches „Hämostyptikum“, als Blutstiller, bringt dieses unscheinbare „Unkraut“ unserer Gärten und Äcker oberflächliche Blutungen rasch zum Stillstand.

- Hirtentäscheltinktur (aus der Apotheke)
- sauberes Papiertaschentuch
oder ein Tampon, Größe „Mini“

Drehen Sie das Taschentuch straff zusammen und tränken Sie es mit der Hirtentäscheltinktur. Wenn Sie einen kleinen Tampon zur Hand haben, können Sie alternativ auch diesen verwenden. Führen Sie das getränkte Taschentuch vorsichtig in das blutende Nasenloch ein und lassen Sie das Kind seinen Kopf ein wenig nach hinten beugen. Binnen kürzester Zeit wird die Blutung gestillt sein.

Achtung: Bei starkem Nasenbluten, spritzender Blutung oder länger als 10-15 Minuten dauernder Blutung sofortige Vorstellung beim HNO-Arzt zur weiteren Abklärung!

Aus der Apotheke

Ringelblume: Weleda Calendula Essenz (Tinktur); Calendumed, Calendula Wundsalbe

Kamille: Kamillosan (Extrakt, Salbe), Kamillopur (Extrakt)



Böhling / Ell-Beiser / Girsch

Heilpflanzen für Kinder

Gesundheit aus der Natur

286 Seiten, geb.
erschienen 2015



bestellen

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise

www.narayana-verlag.de