

Lavendel-Herz-Auflage

WAS IST EINE LAVENDEL-HERZ-AUFLAGE?

Wickel und Auflagen sind ein traditioneller und fester Bestandteil der Naturheilkunde. Durch die Kombination von Wärme oder Kälte, Feuchtigkeit und pflanzlichen Naturmitteln können verschiedene Reaktionen im Körper erreicht werden, die zur Gesundheit oder Heilung beitragen. Aufgrund ihrer sanften Wirkweise haben sie sich seit vielen Jahrhunderten in der Anwendung bewährt. Sie können den Heilungsvorgang unterstützen und andere Behandlungsmaßnahmen sinnvoll ergänzen, weshalb die Anwendungsgebiete vielfältig sind.

Lavendel ist bekannt für seine beruhigenden, entspannenden und angstdämpfenden Eigenschaften. Lavendelöl erleichtert das Einschlafen und lässt uns länger schlafen. Darüber hinaus wirkt es antibakteriell, krampflösend und entzündungshemmend. Bei der Verwendung als Herz-Auflage kommt es zu einer Dämpfung des sympathischen Nervensystems, was einen beruhigenden Effekt auf den Körper hat. Das führt zu einer tiefen Entspannung, was langfristig für einen besseren Schlaf, reduzierte Infekt-Anfälligkeit, weniger Verspannungen und dadurch auch weniger Schmerzen sorgt.

WIE WIRD EINE LAVENDEL-HERZ-AUFLAGE ANGEWENDET?

Bei der Lavendel-Herz-Auflage wird Lavendelöl auf der Brust eingerieben. Darauf wird ein kaltes nasses Tuch gelegt. Der Körper wird zusätzlich in ein Tuch eingewickelt. Die Auflage verbleibt für ca. 30 Minuten auf der Haut und kann so einwirken. Während der Behandlung liegen Sie ganz entspannt auf einer Liege. Die eigene Körperwärme wärmt die kalte Auflage schnell auf und es kommt dadurch zu einer tiefen Entspannung.

Wichtig bei der Anwendung von Auflagen ist, dass sie nur von geschulten Fachkräften durchgeführt werden sollten, da sich bei falscher Handhabung und Nicht-Beachtung von Kontraindikationen auch schädliche Wirkungen entfalten können. Auflagen dürfen nicht bei offenen Wunden und nur bei intakter Haut angewendet werden. Kräuter und ätherische Öle müssen mit Sorgfalt ausgewählt werden. Besondere Vorsicht gilt bei ätherischen Ölen z. B. in der Schwangerschaft und bei Kleinkindern.

WANN WIRD EINE LAVENDEL-HERZ-AUFLAGE ANGEWENDET?

Durch seine sanfte und entspannende Wirkweise kann eine Lavendel-Herz-Auflage eine Ergänzung vielfältiger Behandlungsmaßnahmen sein, z. B. bei:

- Stress,
- Burn-Out
- Fibromyalgie-Schub
- Muskelverspannungen
- Spannungs-Kopfschmerzen
- Schlafstörungen
- Bluthochdruck
- erhöhtem Puls
- Einschlafschwierigkeiten
- Innerer Unruhe und Ängsten

Die Kosten werden von den Krankenkassen in der Regel leider nicht übernommen.
Eine Behandlung kostet 26,13 Euro.