

Dosierungsanleitung, Art und Dauer der Anwendung

Die folgenden Angaben gelten, soweit Ihnen Ihr Arzt Bullrich Heilerde Pulver ultra fein zur äußerlichen Anwendung nicht anders empfohlen hat.

Menge und Zeitpunkt der aufzutragenden Heilerde hängen von der Art der Beschwerden bzw. vom Therapieziel ab. Bitte halten Sie sich an die Gebrauchsanweisung.

Anwendungsgebiete	Art der Anwendung	Dosierung	Zubereitung	Dauer der Anwendung
Muskel- und Gelenksbeschwerden (Rheuma, Gicht)	Packung / Wickel	1 mal täglich oder nach Bedarf	5 leicht gehäufte EL Heilerde, 4 EL Wasser. Aus Pulver und kaltem Wasser (alternativ Essigwasser oder Kamillentee) eine salbenartige Paste herstellen und direkt auf die betroffene Stelle auftragen. Je größer der Entzündungsherd, desto dünner sollte der Brei aufgetragen werden. Je kleiner, desto dicker wird die Paste aufgetragen. Mit einem nassen Wickel umwickeln und mit einem trockenen Tuch abdecken.	20-30 Minuten einwirken lassen oder solange, bis die Paste getrocknet ist, danach abnehmen und mit klarem Wasser abspülen.
Sportverletzungen (Prellungen und Verstauchungen)	Packung / Wickel	1 mal täglich oder nach Bedarf		
Entzündungen von Darm, Magen, Harnwegen, weiblichen Geschlechtsorganen, Lymphgefäßen	Packung / Bauchwickel	1 mal täglich oder nach Bedarf		
Oberflächliche Entzündungen der Venen (Krampfadern)	Packung / Wickel	1 mal täglich oder nach Bedarf		
Entzündungen der Haut (Sonnenbrand, Verbrennungen, eitrige Wunden, Ekzeme, nässende Geschwüre, Ausschläge, Insektenstiche)	Packung / Wickel	1 mal täglich oder nach Bedarf		
Allergien, Neurodermitis (Linderung des Juckreizes)	Packung / Wickel	1-3 mal wöchentlich		
Cellulite	Wickel	Je nach Bedarf 2-3 mal wöchentlich	10 EL Heilerde, 1 Liter kaltes Wasser. Wickeltuch hierin tränken und betroffene Stellen nass fest umwickeln.	Ca. 30 Min. einwirken lassen.
Entzündungen in Mund- und Rachenbereich	Heilerdewasser / Paste	Mehrmals täglich bis zum Abklingen der Beschwerden	<u>Zum Spülen und Gurgeln:</u> 1 EL Pulver auf ½ Glas lauwarmes Wasser oder Kamillentee. <u>Als Paste:</u> 1 gehäufte TL Pulver mit 1 TL Kamillentee verrühren und auf die entzündete Stelle auftragen.	Intensiv spülen bzw. gurgeln und danach gründlich ausspülen. 10-15 Minuten einwirken lassen und danach gründlich ausspülen.
Gesichtsmaske	Paste	Je nach Fettigkeit der Haut 1-3 mal wöchentlich	1 gehäufte EL Pulver mit 1 EL Wasser zu einer dicken Paste verrühren und auf die Haut auftragen, dabei Augen- und Mundpartie aussparen.	Einwirken lassen, bis die Maske komplett eingetrocknet ist. Danach mit klarem Wasser abspülen.
Peeling	Paste	1 mal wöchentlich	1 gehäufte EL Pulver mit 1 EL Wasser zu einer dicken Paste verrühren und auf die Haut auftragen. Dabei Augen- und Mundpartie aussparen.	Einwirken lassen, bis die Maske komplett eingetrocknet ist. Danach mit einem feuchten Tuch abfrottieren und Reste mit klarem Wasser abspülen.
Haarspülung	Heilerdewasser	Je nach Bedarf 2-3 mal wöchentlich	3 EL Pulver auf 1 Liter Wasser und damit das Haar spülen.	10 Minuten einwirken lassen und mit klarem Wasser ausspülen.
Bäder (Sitz-, Arm-, Fuß- oder Vollbad)	Heilerdewasser	Teilbad bei Bedarf; Vollbad 1-3 mal wöchentlich (bei Kreislaufbeschwerden maximal 1 mal)	Sitzbad ca. 5 EL; Arm- oder Fußbad 2-3 EL; Vollbad 8-10 EL Pulver ins laufende Wasser schütten und gründlich verrühren. Anschließend abduschen. Reinigung der Badewanne mit einem Reinigungsmittel, damit keine Rückstände der Heilerde verbleiben.	Nicht länger als 15-20 Minuten in körperwarmem Badewasser baden.