



Wirkung

Anregung der Durchblutung und des Stoffwechsels von Füßen, Beinen, Urogenitaltrakt und Dickdarm

blutdrucksenkend, entstauend,
beruhigend, schlaffördernd

anwendbar auch bei

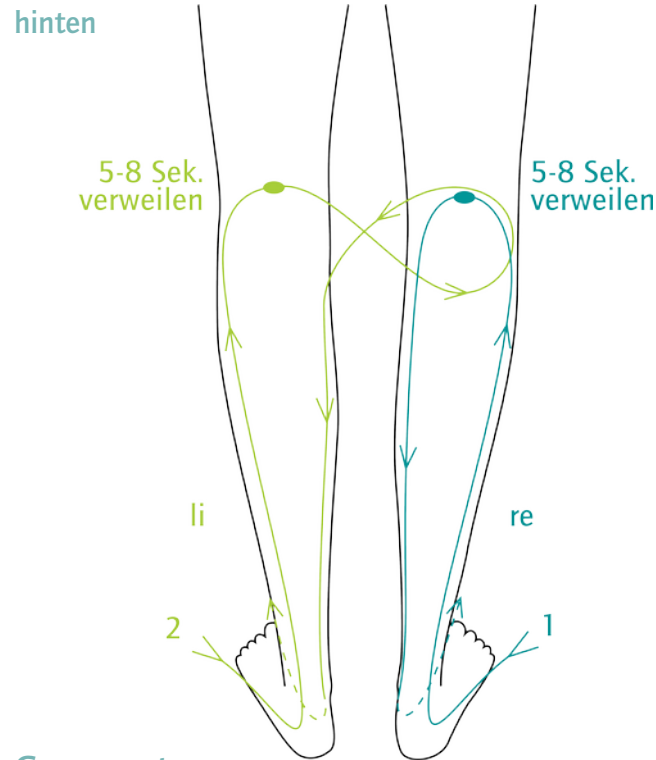
gefäß- und ermüdungsbedingten Kopfschmerzen,
Schnupfen, Hals- und Bronchialbeschwerden,
Erkältungsneigung, leichten
Durchblutungsstörungen und leichten
Venenerweiterungen in den Beinen

nicht anwenden bei

niedrigem Blutdruck, Menstruation,
Harnwegsinfekten, Ischiasnervenschmerz,
Venenentzündungen, frischen Thrombosen,
mittleren und schweren Durchblutungsstörungen,
paradoxen Gefäßreaktionen, Frieren, Frösteln

Kneipp-Güsse können die ärztliche Therapie unterstützen, aber nicht ersetzen.

Klären Sie vorab mit Ihrer Ärztin | Ihrem Arzt, ob für Sie etwas gegen ihre Anwendung spricht.



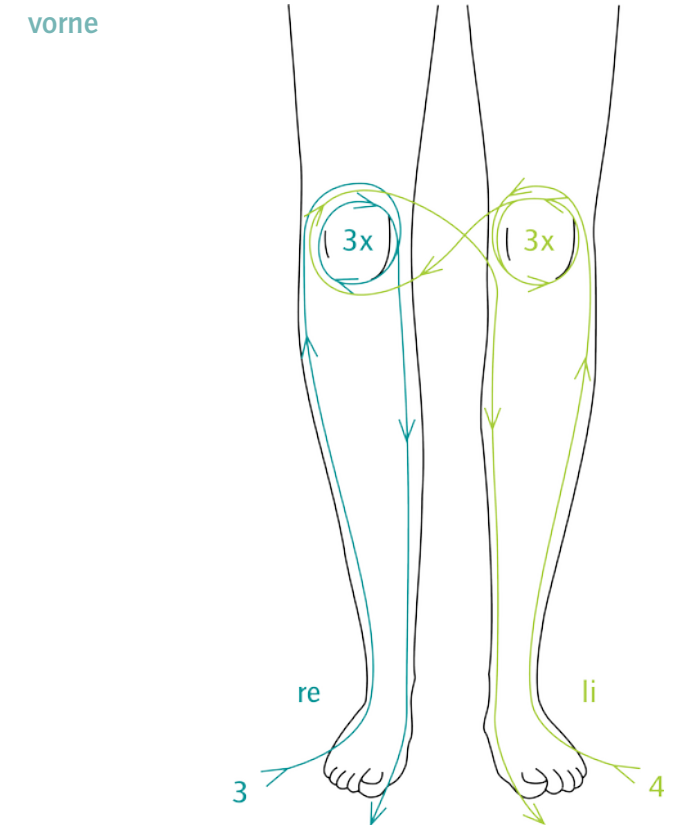
Gussmuster

1. beim rechten Bein hinten beginnen

von der kleinen Zehe außen am Fuß zur Ferse, dann die Wade an der Außenseite nach oben bis zur Kniekehle, dort 5-8 Sek. verweilen, an der Innenseite der Wade hinunter bis zur Ferse, die Fußinnenkante nach vorne zur großen Zehe

2. linkes Bein hinten

von der kleinen Zehe außen am Fuß zur Ferse, dann die Wade an der Außenseite nach oben bis zur Kniekehle, 5-8 Sek. verweilen, mit einer Achterschleife die beiden Kniekehlen verbinden, am linken Bein an der Innenseite der Wade hinunter bis zur Ferse, die Fußinnenkante nach vorne zur großen Zehe



3. rechtes Bein vorne

von der kleinen Zehe außen am Fuß den Rist entlang, dann vorne an der Außenseite des Unterschenkels nach oben bis zum Knie, 3 Kreise um die Kniescheibe, an der Innenseite des Unterschenkels vorne nach unten und entlang der Fußinnenkante nach vorne zur großen Zehe

4. linkes Bein vorne

von der kleinen Zehe außen am Fuß den Rist entlang, dann vorne an der Außenseite des Unterschenkels nach oben bis zum Knie, 3 Kreise um die Kniescheibe, mit einer Achterschleife die beiden Knie verbinden, an der Innenseite des Unterschenkels vorne nach unten und entlang der Fußinnenkante nach vorne zur großen Zehe