

## **Hildegard-Heilkunde: Leinsamenwickel, – ein Universal-Hilfsmittel zum Entgiften und gegen juckende Hautausschläge.**

### **Leinsamen-Gel kochen:**

1 grosse Tasse Leinsamen, ganz	zusammen 15 Min. köcheln, bis
3 Liter Wasser	Schleim entsteht, dann absieben, überwachen, schäumt leicht über.

**Verbrennungen:** Lauwarmer Leinsamen-Gel-Wickel, immer ohne Galgant.

**Leinsamengel ohne Galgant macht weich:** Die Körner können nochmals mit Wasser aufgewärmt und als Fuss-, oder Handbad verwendet werden, weicht Hornhaut auf.

### **Leinsamen-Gel kochen mit Galgant:**

1 Essl. Galgantwurzeln, geschnitten	
1 grosse Tasse ganze Leinsamen	Zusammen 1/4 Std. köcheln, bis
3 Liter Wasser	Schleim entsteht, absieben. Dieser Absud wird gelartig dickflüssig. In heisse, saubere Flaschen abfüllen. Die Körner können nochmals mit Wasser aufgewärmt und als Fussbad verwendet werden.

**Leinsamengel mit Galgant zieht mehr Giftstoffe heraus. Für Anwendungen im Gesicht und Kinder,** Leinsamen-Gel-Wickel immer ohne Galgant machen!

**Aufbewahrung:** Dieses Leinsamengel kann heiss in Gläser abgefüllt und gut verschlossen längere Zeit im Kühlschrank aufbewahrt werden. Wenn er nicht mehr gut riecht, wegwerfen. Es empfiehlt sich, Leinsamengel vorrätig zu haben.

**Wickel-Anwendung:** Leinentüchlein in Leinsamengel eintauchen, etwas abstreifen und ohne 'Körnli' auf die betreffende Stelle legen. Mit Klarsichtfolie abdecken und evtl. 'Tüechli' oder Bandage darüber binden.

**Tipp:** Die ab gesiebten Leinsamenkörner können für Fussbäder verwendet werden.

**Dauer:** Wickel mindestens ½ Std. lang machen. Gibt oft zuerst Druck, bevor dieser sich löst.

**Den Patienten beobachten** und immer wieder fragen, ob es ihm noch wohl ist.

**Leinsamengel** fließt zähflüssig aus der Flasche und ist empfindlich zum Handhaben. Beim Ausgießen nicht mit den Händen anfassen, wegen der Bakterien, Strahl mit Messer abschneiden.

**Gute Erfahrungen wurden gemacht:** Entgiften die Leber. Erkältungen oder Entzündungen der Stirn-Kiefer-, oder Nebenhöhlen, Ausleitung von Amalgam, Sonnenbrand, Sonnenallergien und anderen allergischen Reaktionen und Ausschlag bei Gürtelrose.

**Bauchwickel immer warm machen und mit Wärmeflasche warmhalten.**

**Bauchschmerzen, Nierenschmerzen,** Reiz Darm, Wickel mit Galgant über den ganzen Bauch, Hintergrund abklären lassen.

**Bei akuten Entzündungen** Leinsamengel kalt anwenden.

**Neurodermitis:** Leinsamengel im Wechsel auf betroffene Stelle und Leberwickel. Abwechslungsweise machen.

**Chronischen Krankheiten:** Wickel längere Zeit wiederholen.

**Stirnkopfschmerzen** kommen oft von der Leber, auch hier sind Leinsamen-Gel-Wickel angezeigt.

**Akne:** mit Stoffstreifen warm auf betr. Stelle legen. Problem von Innen behandeln mit Leberwickel. Evtl. Quendelsaft, -gewürz in Nahrung mitkochen. Nahrung überprüfen.

**Ekzeme an Händen:** Ganze Hand in Leinsamengel eintauchen, diesen Gel nicht zweimal verwenden, anfangs ohne Galgant, beim Abklingen mit Galgant.

**Pubertierende:** Leberwickel

**Kopfschmerzen:** 2 Stoffstreifen 5x15 cm mit Leinsamengel tränken (ohne Galgant) einer über Stirn, ein zweiter über Nase und Backen legen. ½ Std. wirken lassen, nachher einfache Rebtropfen brillenförmig auftragen, nicht ins Auge.

**Tennisellbogen, Verstauchung, Arthritis, Arthrose,** nachher Wermutsalbe einmassieren.

**Gallenkoliken:** zwischen den Zähnen und der Aussenwand Galganttablette im Mund zergehen lassen, → Leberwickel mit Leinsamengel, im Rücken kann warmes Dinkelkissen Milderung verschaffen. Evtl. Galgant-Himbeerwasser. Zwerchfell steigt oft herauf und drückt auf das Herz, dann hilft Herzwein oder Galgantwasser sofort.

**Wasseransammlung im Knie:** Ganzer Tag Wickel machen mit kaltem Leinsamengel + Galgant, wenn dieser trocken ist → Wickel neu machen, Kann oft Punktieren unnötig machen! Nachher kann Mariendistel-, oder Wermutsaft eingegeben werden.

**Verbrennungen/Sonnenbrand:** Leinsamengel kalt anwenden, nimmt Schmerzen. Wenn der Wickel sofort aufgelegt wird, bilden sich kaum Blasen.

**Operationsschmerzen:** Wenn die Narbe zu ist, Leinsamengel und nachher Veilchensalbe.

**Gürtelrose:** Wickel mit Leinsamengel +Galgant auf Hautausschlag machen, wenn möglich Leinen-Tüchlein, wenn möglich mit Leinentüchlein. Je nach Grösse, Wickel mit Wärmeflasche warmhalten.

**Dauer:** 3-5 Wochen lang machen, mehrmals täglich, bis restlos aller Hautausschlag weg ist. Der Juckreiz lässt bald nach.

**Leberwickel mit Leinsamengel:** Mit Klarsichtfolie abdecken zur Schonung der Bettwäsche. Dauer: 1 Std. Mit Wickelbandage festhalten. Gummi-Wärmeflasche auflegen, weil dieser Wickel schnell abkaltet. Während dieser Zeit ruhen.

**Tränende Augen:** Leinsamengel-Leberwickel zur Entlastung der Leber.

**Gute Erfahrungen bei Augen-Gerstenkorn/ ,Urseli':** Augentrostkraut, Fenchelsamen, 1 Prise Kochsalz. In wenig Wasser aufkochen, ca. 3 Min., ziehen lassen, abseihen. Mit Hilfe eines Augenglases Augen baden. Regelmässig morgens und abends. 1 Sud reicht für 4 Anwendungen, resp. 2 Tage. Im Kühlschrank aufbewahren, Sud wieder neu machen.

(Diesen Tipp erhalten am 1. 2. 02, von Erika Kunz. Ihre Augenbeschwerden seien so schlimm gewesen u. hätten operiert werden sollen. Durch konsequentes Augenbad, morgens u. abends, wurde Operation hinfällig. Badet Augen seit 3 Jahren regelmässig. Sie hat keinerlei Entzündungen, tränende, geschwürige Augen mehr.)

Zusammengestellt: Emmi Erni