

Bevor Sie sich entschließen ein Rezept nachzumachen, seien Sie sich sicher, dass Sie auf keinen der Inhaltstoffe allergisch reagieren. Wir übernehmen keinerlei Haftung für eventuell auftretende Schäden!

Rezept # 57 - Natürliche Ringelflechte-Salbe mit Borax und Kokosöl

Zutaten:

1 EL Kokosöl (bio, kaltgepresst): Hat natürliche antimykotische Eigenschaften durch Laurinsäure.

1 TL Borax-Pulver (pharmazeutische Qualität, erhältlich in Apotheken oder online): Wirkt antimykotisch, aber sparsam dosieren.

1 TL Teebaumöl (100 % rein): Stark antimykotisch und antibakteriell.

1 TL Aloe-Vera-Gel (frisch oder aus der Apotheke): Beruhigt die Haut und fördert die Heilung.

5 Tropfen ätherisches Oregano Öl (optional, sehr stark antimykotisch): Verdünnt anwenden, da es sehr intensiv ist.

Zubereitung:

Kokosöl schmelzen:

Falls das Kokosöl fest ist, vorsichtig in einem Wasserbad oder bei niedriger Hitze schmelzen, bis es flüssig ist.

Borax einrühren:

Das Borax-Pulver in das flüssige Kokosöl einrühren, bis es sich vollständig aufgelöst hat. Gut mischen, um Klümpchen zu vermeiden. **(Wenn Sie es in einer Mühle zu Puder mahlen, löst es sich besser auf)**

Teebaumöl und Aloe-Vera hinzufügen:

Teebaumöl und Aloe-Vera-Gel unterrühren. Optional kannst du das Oregano Öl hinzufügen, aber teste es vorher an einer kleinen Hautstelle, da es stark sein kann.

Abkühlen lassen:

Die Mischung in ein sauberes, kleines Glasgefäß füllen und abkühlen lassen, bis sie eine cremige Konsistenz hat.

Anwendung:

Haut reinigen:

Die betroffene Stelle mit lauwarmem Wasser und einer milden, unparfümierten Seife reinigen und gut abtrocknen.

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ☺



Salbe auftragen: Eine dünne Schicht der Salbe auf die Ringelflechte und den umliegenden Bereich (ca. 1 cm über die sichtbare Infektion hinaus) auftragen.

Häufigkeit:

2–3-mal täglich anwenden, idealerweise morgens, mittags und abends.

Nachbehandlung: Nach dem Auftragen die Stelle locker mit einem atmungsaktiven Verband abdecken, um die Salbe zu schützen, aber die Haut atmen zu lassen.

Dauer der Anwendung:

Die Behandlung sollte mindestens 1–2 Wochen fortgesetzt werden, auch wenn die Symptome nachlassen, um sicherzustellen, dass der Pilz vollständig beseitigt ist.

Einkaufsliste

[Kokosöl](#)

[Borax-Pulver](#)

[Teebaumöl](#)

[Aloe-Vera-Gel](#)

[Oregano Öl](#)

Wenn Euch meine Rezepte gefallen und Wirkung zeigen, würde ich mich über den einen oder anderen Spendenbeitrag freuen! Wir wünschen viel Erfolg und bleiben Sie gesund! ☺

