Eksem

Tips fra Trond

· Symptomer:

- Rød, irritert hud, flassing, og små blemmer.

- Eksem er som regel en allergisk reaksjon på visse stoffer, men kan også opptre spontant.

· Utvortes:

Ringblomst (Calendula officinalis)

- Som hudkrem (f.eks. Weleda Calendula hudolje eller Sano Calendula balsam)

· Innvortes:

Storborre (Arctium lappa)

- Denne er meget blodrensende. Tas som kapsler, f.eks. Solaray Organic Burdock.

· Innvortes:

Rødkløver (Trifolium pratense)

- Denne urten er blodrensende og antibakteriell ved infeksjoner i huden.

- Tas som kapler f. eks. Solaray Red Clover Blossoms eller Nature's Sunshine Red Clover.

· Innvortes:

Peppermynte (Mentha piperita)

Brennesle (Urtica dioica)

Ryllik (Achillea millefolium)

- Tas som te.

- Lag en blanding med like deler av hver, eller bruk en av dem i fire uker, og skift til neste.

© Viten.org