



Hilfe bei atopischer Dermatitis ("Neurodermitis")

Kochsalzumschläge

Anzuwenden bei: Juckreiz, entzündeter und leicht nässender Haut

Benötigtes Material: Kochsalzlösung (NaCl) 0,9 % aus der Apotheke
oder
9 g Kochsalz (ca. 1 Teelöffel)
1 l abgekochtes Wasser
(Die fertige Lösung ist bis zu 2 Tage im Kühlschrank haltbar)

Kompressen, Baumwolllappen (z.B. alte Stoffwindeln) oder
Einmalwaschlappen

So wird es gemacht: Kompressen, Baumwolllappen oder Einmalwaschlappen mit Kochsalz
tränken und auf betroffenen Hautstellen legen, ggf. Haut davor eincremen,
danach Haut trocknen lassen und wieder eincremen.

Dauer der Anwendung:
ca. 10-15 Minuten ca. 2-5 x am Tag je nach Bedarf

Maren Faulstich 08/2018

