

Durchführungsanleitung: Lebereinreibung Solum

Besonderheiten

Es handelt sich um eine Einreibung, die vom Patienten selber durchgeführt werden kann. Es ist keine Rhythmische Lebereinreibung nach Wegman/ Hauschka.

Material

Einige Tropfen Öl

Durchführung der Einreibung

Einreibung der Leber mit der rechten Hand mit kleinen Kreisen beginnen, diese dann auf den ganzen Bauch, inklusive Sonnengeflecht und bis zur Blase ausdehnen, im Uhrzeigersinn. Um die Leber so gut als möglich zu erreichen, nimmt man auch die linke Hand zur Hilfe und verteilt so das Öl in etwa 10 Kreisen.

Anschließend die Leberregion mit einem Wolltuch abdecken

Beurteilungssicherheit

Einmalige Erfahrung

Dosierung

Bei nächtlichem Aufwachen in der zweiten Nachthälfte

Wirkungseintritt

Unmittelbar

Therapiedauer

So lange wie nötig