

## **Durchführungsanleitung: Rosmarinöl-Salz-Einreibung**

### **Besonderheiten**

- Man kann die Wirkung des Öles verstärken durch Hinzufügen von jeweils einer Prise Steinsalz, welche vor der Einreibung auf dem Handteller je mit 5-10 Tropfen vermischt wird.

### **Material**

- Rosmarinöl 10%
- Steinsalz
- Angewärmtes Duschtuch für die Füße
- Je ein Angewärmtes Handtuch für die Hände
- 2 Wärmflaschen

### **Durchführung der Anwendung**

- Patient im Bett liegend
- Duschtuch unter beide Füße legen und von den Seiten her separat zudecken
- Je ein angewärmtes Handtuch unter die Hände und mit dem Handtuch zudecken
- Für jedes Glied eine kleine Menge Öl in den Handteller träufeln, eine Prise Salz dazu, etwas mischen.
- Hände und Füße mit der Mischung weich, warm und mit langsamen Bewegungen einreiben: rechte Hand - linke Hand - rechter Fuß - linker Fuß
- Jeweils das behandelte Glied sofort zudecken
- Patient zudecken
- Nachruhe von 30 Minuten einhalten

### **Beurteilungssicherheit**

Bei vielen Patienten bewährt

### **Dosierung**

1-2 x tgl.

### **Wirkungseintritt**

Innerhalb der Nachruhe

### **Therapiedauer**

Je nach Ausprägung der Symptomatik über mehrere Wochen