Schmutz 9.Januar 2014 Küttigen

Schmerzen

Akuter Schmerz hat grundsätzlich eine Schutzfunktion und ist ein Hinweis, dass etwas nicht im Lot ist. Schmerz kann körperliche und oder seelische Ursachen haben, nicht selten kommt beides zusammen. Schmerzen wird von jeder Person individuell erlebt- ein seelisches Erleben, das materiell nicht fassbar und nachweissbar ist.



Dabei spielt nicht nur die körperliche oder seelische Erkrankung bzw. Ursache eine Rolle, sondern das Ausmass des Schmerzerlebens wird geprägt von der Vitalität, der Eigenständigkeit und dem Lebensalter dieser Person, von ihren psychosozialen, biografischen und familiären Lebenszusammenhängen.

Jeder Mensch hat ein Schmerz-Gedächtnis. Menschen mit starken Schmerzen sollten nicht schwere Kost Essen sondern leicht verdauliche Kost.



Kopfschmerzen/ Migräne

Es gibt hier kein Patentrezept es können Nacken, Rückenverspannungen Auslöser sein oder Nasen und Stirnhöhlen Probleme.

Eine gestörte Leberfunktion, Fieber oder Grippale Infekte.

Tee

Entkrampft, Beruhigt, Schmerzlindernd

10gr. Waldmeisterkraut

20gr. Holunderblüten

20gr. Mädesüss

20gr.Melisse

20g.Lavendelblüten

Nervenschmerzen

20gr. Johanniskraut

20gr. Kamillenblüten

20gr.Scharfgarbe

20gr. Mädesüss

20gr.Melisse

Schmerzen aufgrund psychischer Stress-Situation

20gr. Johanniskraut

20gr.Melisse

20gr. Passionsblume

20gr. Weiderinde

Generalisierter Schmerz

20gr. Lavendel

20gr.Rosenblüten

20gr.Orangenblüten

20gr. Melisse

20gr. Johanniskraut

