

Unsere Tipps bei Ohrenschmerzen:

Ohrenkompressen - ein altbewährtes Hausmittel, das die Wirkung Ihrer „Ohren-Medizin“ wirkungsvoll unterstützen kann. Das altbewährte **Zwiebelsäckchen** wirkt bei akuten Ohrenschmerzen entzündungshemmend und schmerzlindernd.

So wird's gemacht:

Einfach Zwiebeln fein würfeln, in ein Stofftuch oder Mullkompressen einwickeln und zubinden oder zunähen und auf das Ohr legen. Evtl. mit Mütze oder Stirnband fixieren – fertig! Sie können das Päckchen kalt oder mithilfe einer Wärmflasche leicht angewärmt anwenden – je nach Belieben.

Ein **Kamillensäckchen** ist eine gute Alternative, wenn Sie keinen Zwiebelgeruch mögen. Dabei häufen Sie ein bis zwei Esslöffel Kamillenblüten auf eine Mullkompressen, schlagen diese ein und verschließen diese. Erwärmen Sie das Säckchen anschließend zugedeckt im Sieb über einer Tasse mit kochendem Wasser und legen Sie es auf das betroffene Ohr.

Beide Kompressen können mehrere Stunden oder über Nacht auf dem Ohr liegen bleiben.

Vitaplace – Werden Sie gesund und bleiben Sie dauerhaft fit!