

Kirschsteinsack

Der Kirschsteinsack ist ein uraltes Schweizer Hausmittel. Er wird auch als „trockene Wärmflasche“ bezeichnet. Die Wirkungsweise beruht darauf, dass sich der absolut trockene Kirschstein mit Hitze auflädt und diese Hitze ganz gezielt an die betroffenen Körperstellen abgibt. Hinzu kommt, dass er nicht so stark auskühlt wie eine herkömmliche, mit Wasser gefüllte Wärmflasche. Hierfür wird der Kirschsteinsack am besten im Backofen bei maximal 150 ° aufgeheizt. Bei weniger Wärmebedarf kann er auch auf die Heizung gelegt werden.

Auch zur Anwendung als Kältekompressen können sie den Kirschsteinsack gut einsetzen. In diesem Fall kühlt man ihn im Gefrier- oder Kühlschranks entsprechend ab.

Ferner eignet sich der Kirschsteinsack auch als Lagerungshilfe für Schwangere und zur Finger- und Fußmassage, besonders dann, wenn es darauf ankommt, die Beweglichkeit der Gliedmaßen durch eine gezielt Massage wieder herzustellen bzw. bei Kindern zu aktivieren.

Guten Erfolg
wünschen

Gisela und Achim

Im Dezember des Jahres Zweitausend